

Dipl. oec. troph. Angela Häußler

# NACHHALTIGE ERNÄHRUNGSWEISEN IN FAMILIENHAUSHALTEN

Eine qualitative Studie über die Umsetzbarkeit  
des Ernährungsleitbilds in die Alltagspraxis



## DISSERTATION ZUR ERLANGUNG

des Doktorgrades im Fachbereich 09, Agrarwissenschaften,  
Ökotrophologie und Umweltmanagement,  
Institut für Wirtschaftslehre des Haushalts und Verbrauchsforschung  
der Justus-Liebig-Universität Gießen

édition scientifique  
**VVB LAUFERSWEILER VERLAG**

**Das Werk ist in allen seinen Teilen urheberrechtlich geschützt.**

Jede Verwertung ist ohne schriftliche Zustimmung des Autors oder des Verlages unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung in und Verarbeitung durch elektronische Systeme.

1. Auflage 2007

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted, in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording, or otherwise, without the prior written permission of the Author or the Publishers.

1<sup>st</sup> Edition 2007

© 2007 by VVB LAUFERSWEILER VERLAG, Giessen  
Printed in Germany



**VVB LAUFERSWEILER VERLAG**  
édition scientifique

STAUFENBERGRING 15, D-35396 GIESSEN  
Tel: 0641-5599888 Fax: 0641-5599890  
email: [redaktion@doktorverlag.de](mailto:redaktion@doktorverlag.de)

**[www.doktorverlag.de](http://www.doktorverlag.de)**

# **Nachhaltige Ernährungsweisen in Familienhaushalten**

Eine qualitative Studie über die Umsetzbarkeit  
des Ernährungsleitbilds in die Alltagspraxis

Dissertation zur Erlangung des Doktorgrades im Fachbereich 09,  
Agrarwissenschaften, Ökotrophologie und Umweltmanagement,  
Institut für Wirtschaftslehre des Haushalts und Verbrauchsforschung  
der Justus-Liebig-Universität Gießen

eingereicht von

Dipl. oec. troph. Angela Häußler

Gießen im Dezember 2006

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Einleitung</b>	<b>1</b>
1.1	Vorbemerkungen	1
1.2	Fragestellung und Vorgehensweise	2
1.3	Begriffsbestimmungen	2
1.3.1	Nachhaltigkeit	3
1.3.2	Ernährung, Ernährungsverhalten und Ernährungsstil	5
<b>2</b>	<b>Nachhaltige Ernährungsweisen in Familienhaushalten</b>	<b>8</b>
2.1	Dimensionen einer nachhaltigen Ernährung	10
2.1.1	Ökologische Dimension	11
2.1.2	Ökonomische Dimension	15
2.1.3	Soziale Dimension	18
2.1.4	Gesundheitliche Dimension	20
2.1.5	Handlungsanleitungen für den privaten Haushalt	23
2.2	Ernährung als Handlungsfeld im Familienhaushalt	26
2.2.1	Der Familienhaushalt: Lebensraum und Handlungskontext	27
2.2.1.1	Private Haushalte = Verbraucher = private Haushalte?	27
2.2.1.2	Aufgaben und Funktionsweise eines Familienhaushaltes	32
2.2.2	Ernährung als komplexes Handlungsfeld	49
2.2.2.1	Natürliche Faktoren	51
2.2.2.2	Psychische Faktoren	53
2.2.2.3	Gesellschaftliche Faktoren	54
2.2.3	Der Blick auf den Familientisch – Ernährung im Familienhaushalt	60
2.2.3.1	Wie kommt das Essen auf den Tisch?	60
2.2.3.2	Wie entsteht in Haushalten ein gemeinsamer Familien-Ernährungsstil?	66
2.2.3.3	Umsetzung nachhaltiger Ernährungsweisen im Familienhaushalt	73
2.3	Fazit: Der Interview-Leitfaden	86

<b>3</b>	<b>Qualitative Studie zur Umsetzung nachhaltiger Ernährungsweisen in Familienhaushalten</b>	<b>88</b>
<b>3.1</b>	<b>Forschungsdesign der Untersuchung</b>	<b>88</b>
3.1.1	Zielsetzung und Vorannahmen	88
3.1.2	Qualitative Sozialforschung	89
3.1.3	Vorgehensweise in dieser Untersuchung	94
3.1.3.1	Datengewinnung: leitfadengestützte, problemzentrierte Interviews	94
3.1.3.2	Aufbereitung der Daten	100
3.1.3.3	Auswertung der Daten	101
3.1.4	Ablauf der Feldarbeit	108
3.1.4.1	Das Untersuchungskollektiv – Begründung der Auswahl	108
3.1.4.2	Zugang zum Untersuchungskollektiv und Kontaktaufnahme	110
3.1.4.3	Vorstellung des Untersuchungskollektivs	111
3.1.4.4	Ablauf der Interviews	115
<b>3.2</b>	<b>Ergebnisse der qualitativen Studie</b>	<b>117</b>
3.2.1	Fallbeschreibungen	117
	Familie A: „Hauptsache Bio!“	118
	Familie B: „Für’s Prinzchen nur das Beste!“	126
	Familie C: „Das nehmen wir uns immer mal wieder vor, aber...“	131
	Familie D: „Ich versuch so in die Richtung Vollwerternährung“	139
	Familie E: „Five a Day“	144
	Familie F: „Frisch und Fertig“	150
	Familie G: „Wir haben so ’ne Regelung, dass der Positivere den Weg vorgibt.“	156
	Familie H: „Das ist eher so ein Mix aus allem.“	160
	Familie I: „Ernährungsprojekt Erziehungszeit“	164
3.2.2	Fallvergleiche auf Grundlage der Leitfragen	170
3.2.2.1	Leitbild einer nachhaltigen Ernährung	174
3.2.2.2	Umsetzung im Familienalltag	179

<b>4</b>	<b>Schlussbetrachtung</b>	<b>191</b>
<b>4.1</b>	<b>Diskussion der Ergebnisse</b>	<b>191</b>
4.1.1	Einbindung eines nachhaltigen Ernährungsstils in den Familien- und Haushaltskontext	191
4.1.2	Haushaltsinterne Abstimmungsprozesse: Entscheidungsmuster und Umsetzungsstrategien für nachhaltige Ernährungsstile	198
4.1.3	Strukturelle Rahmenbedingungen für nachhaltige Ernährungsstile	206
<b>4.2</b>	<b>Handlungsstrategien</b>	<b>210</b>
<b>4.3</b>	<b>Offene Forschungsfragen</b>	<b>214</b>
<b>5</b>	<b>Zusammenfassung</b>	<b>216</b>
<b>6</b>	<b>Summary</b>	<b>218</b>
	<b>Literaturverzeichnis</b>	<b>219</b>
	<b>Anhang</b>	<b>233</b>

## Abbildungsverzeichnis

---

Abb. 1	Das haushälterische Dreieck	35
Abb. 2	Familienhaushaltssystem mit Umfeldebene	37
Abb. 3	Determinantendreieck Haushaltsstil	42
Abb. 4	Determinantendreieck Ernährungsstil	56
Abb. 5	Durchschnittliche tägliche Zeitverwendung für den Aktivitätsbereich Beköstigung nach Geschlecht	63
Abb. 6	Annäherungsmuster von Ernährungsweisen bei Paaren	69
Abb. 7	Soziodemografische Kurzprofile der befragten Familien	113
Abb. 8	Einordnung der Familien in die Sinus-Milieus	115

## Tabellenverzeichnis

---

Tab. 1	Kriterien und Nachhaltigkeitsziele für die Nahrungsmittelwahl	24
Tab. 2	Kriterien und Nachhaltigkeitsziele für den Umgang mit Nahrungsmitteln	25
Tab. 3	Ernährungs- und Lebensstilorientierungen	81
Tab. 4	Vergleich Paarinterview/ Einzelinterview	100
Tab. 5	Problemkomplexe des Handelns	107
Tab. 6	Kurzdarstellung der Ernährungsweise in den befragten Familien	172

## Danksagung

Rückblickend auf den langen Arbeitsprozess der letzten Jahre habe ich von vielen Menschen vielfältige Unterstützung bei dieser Arbeit erfahren. Mein besonderer Dank gilt:

...Prof. Dr. Uta Meier-Gräwe für die langjährige motivierende Betreuung, die freundschaftliche Begleitung und viele anregende Diskussionen;

...Prof. Dr. Claus Leitzmann für die freundliche Unterstützung und viele hilfreiche Anregungen;

...der Stoll-Vita-Stiftung für die finanzielle Förderung der empirischen Arbeit;

...allen beteiligten Familien, die mit großer Offenheit und Auskunftsbereitschaft die Grundlage für diese Arbeit erst geschaffen haben;

...Dr. Pirjo Schack, Dr. Christine Brombach und Dr. Karl-Michael Brunner für einen offenen Erfahrungsaustausch über den gemeinsamen Forschungsgegenstand und einige wertvolle Tipps und Hilfen;

...meiner Diss.-Gruppe am Institut für Wirtschaftslehre des Haushalts mit Sandra Ohrem, Dr. Birgit Steuernagel, Dr. Silke Mardorf und Dr. Angelika Sennlaub, die mir durch so manche Nebelbank geholfen haben;

...meinen Freundinnen Dr. Christine Küster für die strukturierenden Gespräche, die Hilfe bei der Suche nach dem roten Faden und so manchem Ansporn; Dr. Claudia Kaiser für die kompetente Unterstützung in empirischen Fragen und einen schönen, motivierenden Diss-Urlaub; Monika Riegel und Daniela Kirsch für wertvolle fachliche Anregungen; Dr. Gabriele Kremer für das sorgfältige Lektorat; Prof. Dr. Anja Besand für die formalen Feinarbeiten am Ende und den letzten Schliff;

...Thomas Schneider für das Erstellen der Grafiken;

...Angela Sonntag für das abschließende Lektorat;

...meiner Schwester Meike Häußler für die englische Übersetzung der Zusammenfassung

...meinen Eltern und Schwiegereltern für Unterstützung auf vielen Ebenen, besonders aber für die zuverlässige und liebevolle Kinderbetreuung.

Am allermeisten aber danke ich Marco, der mich durch alle Höhen und Tiefen der Dissertation begleitet, tatkräftig unterstützt und ausgehalten hat.



# **1 Einleitung**

## **1.1 Vorbemerkungen**

Die gesellschaftliche Ernährungsweise in den Industrienationen ist nicht als nachhaltig zu bezeichnen. Etwa ein Viertel der in Deutschland emittierten klimaschädigenden Treibhausgase gehen auf das Konto der Ernährung. An einigen anderen Umweltproblemen hat die Ernährung ebenfalls einen wesentlichen Anteil. Neben der Umweltthematik prägen gesundheitliche Probleme die öffentliche Diskussion über Ernährung. Mehr als die Hälfte der Erwachsenen in Deutschland gelten als übergewichtig, auch bei Kindern ist die Entwicklung besorgniserregend. Denn falsche Ernährung und Übergewicht beeinträchtigen die Lebensqualität und belasten das Gesundheitssystem durch Folgeerkrankungen. Die soziale Dimension der Ernährungsweise hat viele Facetten: So zeigt sich bei einem genaueren Blick, dass Übergewicht und ernährungsbezogene Erkrankungen nicht gleichmäßig auf alle sozialen Milieus verteilt ist, sondern mit niedrigem Bildungsstand korrelieren (MEIER/PREUSSE/SUNNUS 2003).

Direkt mit unserer Ernährungsweise gekoppelt sind die oftmals menschenunwürdigen, umwelt- und gesundheitsschädigenden Produktionsbedingungen von für den Export bestimmten Nahrungsmitteln in den so genannten Entwicklungsländern. Auf globaler Ebene ist nach wie vor die Unterversorgung mit Lebensmitteln und sauberem Trinkwasser von einem großen Teil der Weltbevölkerung das drängendste Ernährungsproblem, welches sich trotz steigender Produktionsmengen nicht entspannt. Für eine wirklich zukunftsfähige Ernährungsweise sind einige Kurskorrekturen notwendig, die von der landwirtschaftlichen Produktion über den Handel bis zu den Verbraucherinnen und Verbrauchern alle Akteure im Ernährungssystem betreffen und die einer politischen Steuerung bedürfen. Die inzwischen schon etwa zwei Jahrzehnte andauernde öffentliche Debatte um Umwelt und Entwicklung hat auf allen Ebenen zu Veränderungen und Sensibilisierungen geführt, die aber nicht als ausreichend erachtet werden können.

Nun ist Ernährung etwas, was im Alltag aller Menschen eine Rolle spielt. Wie diese gestaltet wird, ist sehr unterschiedlich und hängt von einer Vielzahl von Faktoren ab. Die Lebensgeschichte, Einstellungen und Werte, verfügbare Ressourcen sowie gesellschaftliche Rahmenbedingungen haben – unter anderem – einen Einfluss auf die Ernährungsweise eines Menschen. Als immer wiederkehrende Handlung ist Ernährung geprägt durch Gewohnheiten und Routine; sie muss ihren Platz finden zwischen den

vielen anderen Dingen, die Menschen in ihrem Alltag zu tun haben. Denn Ernährungsversorgung macht Arbeit, kostet Zeit und Geld. Sie ist eingebettet in die privaten Haushalte, und sowohl die inhaltliche Gestaltung als auch die damit verbundene Arbeit muss zwischen allen Haushaltsmitgliedern abgestimmt werden. Aufgrund dieser komplexen Verknüpfungen ist es nicht überraschend, dass ein Kurswechsel in Richtung nachhaltiger Ernährungsweise auf der Ebene der VerbraucherInnen schwer zu erreichen ist.

### 1.2 Fragestellung und Vorgehensweise

Die vorliegende Arbeit identifiziert Hintergründe und Möglichkeiten einer nachhaltigen Ernährungsweise in Familienhaushalten. Die Fragestellung lautet: Wie entstehen in Familienhaushalten Leitbilder für nachhaltige Ernährungsweisen und wie können diese in der Alltagspraxis umgesetzt werden? Besonderes Augenmerk liegt dabei auf den innerfamiliären Aushandlungsmustern für die Ernährungsweise und die Arbeitsteilung.

Zur Beantwortung dieser Frage wurden neun qualitative Interviews in Familienhaushalten durchgeführt, die dem Leitbild einer nachhaltigen Ernährungsweise folgen. Ausgangspunkt der Interviews ist die subjektive Realität des Ernährungsalltags in den befragten Familien. In ausführlichen Fallanalysen wird zunächst die jeweilige Konstellation ermittelt, die der Entwicklung eines Leitbilds für eine nachhaltige Ernährungsweise zu Grunde lag. Die Ernährungsbiographien beider Partner spielen dabei ebenso eine Rolle wie entsprechende Wertorientierung und Einstellungen sowie einschneidende Erlebnisse. Des Weiteren wird die Umsetzung in die Alltagspraxis für jeden Fall umfassend analysiert. Dabei ist die Entwicklung einer familialen Ernährungsweise aus den individuellen Ernährungsmustern von Interesse sowie die Verteilung der Ernährungsverantwortung und -arbeit zwischen den Haushaltsmitgliedern. Für gesellschaftlich fest verankerte Rollenbilder sowohl was die Arbeitsteilung in der Alltagsversorgung als auch die Übernahme von Ernährungsverantwortung betrifft, ist eine gendersensible Erfassung und Auswertung der Daten erforderlich.

### 1.3 Begriffsbestimmungen

Die zentralen Begriffe dieser Arbeit *Ernährung* und *Nachhaltigkeit* bedürfen zunächst einer genaueren Definition. Es sind Begriffe, die großen Interpretationsspielraum zulassen und teilweise, je nach Kontext, auch unterschiedlich verwendet werden. An dieser Stelle sollen zunächst die Grundzüge beider Begriffe kurz aufgezeigt werden. Im weiteren

Verlauf der Arbeit ist jedem Themenkomplex ein Kapitel gewidmet, in dem dieser vor dem Hintergrund der Fragestellung umfassend bearbeitet wird.<sup>1</sup>

### **1.3.1 Nachhaltigkeit**

Schon seit dem 18. Jahrhundert ist der Begriff der Nachhaltigkeit in der Forstwirtschaft gebräuchlich und beschreibt das Leitbild, nicht mehr Bäume zu schlagen als quantitativ wie qualitativ nachwachsen können (ZÜRCHER 1993:254). Der Begriff wird aus dem Adjektiv „nachhaltig“ gebildet, welches „dauernd, anhaltend, sich auf längere Zeit auswirkend“ bedeutet (WAHRIG 1999). ‚Nachhaltigkeit‘ und ‚nachhaltige Entwicklung‘ sind bis heute die gebräuchlichsten Übersetzungen der in der internationalen Debatte verwendeten englischen Termini ‚Sustainability‘ und ‚Sustainable Development‘. Als Synonyme für Letzteres werden die Begriffe dauerhafte oder dauerhaft-umweltgerechte Entwicklung, nachhaltiges Wirtschaften, Zukunftsfähigkeit, zukunftsfähige oder zukunftsverträgliche Entwicklung verwendet.

Bedeutung für die internationale politische und gesellschaftliche Diskussion auf der Suche nach Kriterien für eine langfristig und global aufrecht erhaltbare Entwicklung der Menschheit (KOPFMÜLLER/BRANDL/JÖRISSEN 2001:13) bekam der Begriff der Nachhaltigkeit durch den Bericht der Weltkommission für Umwelt und Entwicklung, nach der Leiterin der Kommission auch ‚Brundtland-Bericht‘ genannt, der 1987 veröffentlicht wurde. In der deutschen Übersetzung wurde damals der Begriff der dauerhaften Entwicklung verwendet (HAUFF 1987). Die bis heute viel zitierte Definition lautet:

„Unter ‚dauerhafter Entwicklung‘ verstehen wir eine Entwicklung, die den Bedürfnissen der heutigen Generation entspricht, ohne die Möglichkeiten zukünftiger Generationen zu gefährden, ihre eigenen Bedürfnisse zu befriedigen und ihren Lebensstil zu wählen.“ (HAUFF 1987:XV)

Die drei im Brundtland-Bericht verankerten Grundprinzipien sind zu den wesentlichen Eckpunkten der weiteren Überlegungen zur Umsetzung einer nachhaltigen Entwicklung geworden:

- „die globale Perspektive (bezogen sowohl auf die Problemanalysen wie auch auf die Strategien zu ihrer Lösung),
- die untrennbare Verknüpfung zwischen Umwelt- und Entwicklungsaspekten

---

<sup>1</sup> In Kap. 2.1 liegt der Schwerpunkt der Betrachtungen bei der Nachhaltigkeit, in Kap. 2.2 steht die Ernährung im Mittelpunkt.

- sowie die Realisierung von Gerechtigkeit zugleich in der intergenerativen Perspektive (verstanden als Verantwortung für künftige Generationen) und in der intragenerativen Perspektive (im Sinne von Verantwortung für die heute lebenden Menschen, insbesondere in armen Staaten)“ (KOPFMÜLLER/BRANDL/JÖRISSEN 2001:24).

Mit diesen Grundprinzipien wurden erstmals die teilweise kontrovers laufenden entwicklungs- und umweltpolitischen Debatten der 1970er und 1980er Jahre miteinander verknüpft und konzeptionell zusammen gedacht. Dadurch konnte der Betrachtungshorizont der Problemlagen entscheidend erweitert werden (KOPFMÜLLER/BRANDL/JÖRISSEN 2001:21ff). Es entsteht die Einsicht, dass ökonomische, ökologische und soziale Faktoren nicht mehr voneinander abgehoben oder gar gegeneinander ausgespielt werden dürfen (UMWELTBUNDESAMT 1997:9).

Ein weiterer Meilenstein für die Karriere des Begriffes war 1992 die UN-Konferenz für Umwelt und Entwicklung in Rio de Janeiro, oft auch als ‚Erdgipfel‘ bezeichnet. Hier verpflichtete sich die internationale Staatengemeinschaft, das Leitbild nachhaltiger Entwicklung in konkrete Politik umzusetzen und dabei zu kooperieren (GRUNWALD 2001:15). Zur Lösung der drängenden globalen Probleme wie die zunehmende Ungleichheit zwischen Völkern, dem Hunger und der fortschreitenden Schädigung von Ökosystemen wurden große Hoffnungen in die Verknüpfung der Problemlösungen gelegt:

„Durch eine Vereinigung von Umwelt- und Entwicklungsinteressen und ihre stärkere Beachtung kann es uns jedoch gelingen, die Deckung der Grundbedürfnisse, die Verbesserung des Lebensstandards aller Menschen, einen größeren Schutz und eine bessere Bewirtschaftung der Ökosysteme und eine gesicherte, gedeihlichere Zukunft zu gewährleisten.“ (Präambel der Agenda 21 BUNDESMINISTERIUM FÜR UMWELT, REAKTORSICHERHEIT UND NATURSCHUTZ 1992:9)

Aufbauend auf dem Fundament des Brundtland-Berichtes und der Rio-Konferenz trat das Leitbild der Nachhaltigkeit für die globale Entwicklung seinen Weg in alle gesellschaftlichen Bereiche an und erfreut sich inzwischen auf der Ebene politischer Programmatik einer breiten Zustimmung. Ein wesentlicher Kern dieses Leitbilds ist es, die ökologischen, sozialen, ökonomischen und institutionellen Aspekte von Entwicklung zu verknüpfen. Diese werden meist als „Säulen“ oder „Dimensionen“ der Nachhaltigkeit bezeichnet (KOPFMÜLLER/BRANDL/JÖRISSEN et al. 2001:47). In Deutschland hat die 1996 erschienene Studie ‚Zukunftsfähiges Deutschland‘ des Wuppertal Instituts die Nachhaltigkeit populär gemacht und die Debatte in den folgenden Jahren maßgeblich geprägt (BRAND 2002:81).

Die Konsensfähigkeit der Definition hat in den letzten Jahrzehnten jedoch zu einer fast inflationären Verbreitung des Nachhaltigkeitsbegriffes geführt. Dadurch hat der Begriff an

Konturen verloren und ist deshalb auch in die Kritik geraten (KRAUS 2002:97f.). Allerdings ist auch festzustellen, dass die Diskussion um Nachhaltigkeit die breite Bevölkerung nur teilweise erreicht. Nach repräsentativen Bevölkerungsumfragen war der Begriff der nachhaltigen Entwicklung im Jahr 2000 nur 14% der Bürger bekannt. Zwei Jahre später konnte immerhin eine deutliche Steigerung auf 28% verzeichnet werden, was aber immer noch einen geringen Bekanntheitsgrad von knapp einem Drittel bedeutet (GRUNENBERG/KUCKARTZ 2003:16). Positiv ist allerdings zu bewerten, dass der Begriff aufgrund seines in Fachkreisen hohen Bekanntheitsgrades Anschlussmöglichkeiten zwischen bisher nicht verknüpften Debatten bietet und die internationale Ebene mit einbeziehen kann.

Das Nachhaltigkeitsverständnis dieser Arbeit ist mit folgender Definition zu beschreiben:

„Nachhaltigkeit ist im Kern kein naturwissenschaftlich-ökologisches Konzept über die objektiven Nutzungsgrenzen von Natur und Umwelt; im Kern geht es vielmehr um ethische Fragen der Gerechtigkeit und der Abwägung von Gütern bzw. Übeln. Um die Abwägung zu einem verbindlichen Ergebnis zu führen, ist ein gesellschaftlicher Diskurs erforderlich, der in demokratische Entscheidungen über Nachhaltigkeitsziele mündet, z.B.: wie viel Klimaschutz ist im globalen Wachstums- und Entwicklungsprozess hinnehmbar [...]“ (KURZ 2002:95).

Daher ist Nachhaltigkeit als regulatives Leitbild zu verstehen, welches einen gesellschaftlichen Such- und Lernprozess, an dem eine Vielzahl von Akteursgruppen beteiligt ist, beschreibt. Die Umsetzung nachhaltiger Entwicklung hat dabei immer einen normativen Charakter (RINK 2002:42; KNEER 2002:69).

### **1.3.2 Ernährung, Ernährungsverhalten und Ernährungsstil**

Ernährung hat sowohl eine natürlich-physiologische Seite als auch eine sozial-kulturelle. Die Dialektik von Natur und Kultur ist für die Ernährung kennzeichnend. So ist Essen einerseits ein existenzielles körperliches Grundbedürfnis und eine besonders enge Kontaktaufnahme mit der Umwelt. Andererseits tritt zwischen das biologische Bedürfnis Hunger und seine Befriedigung durch das Essen immer die vermittelnde Instanz der kulinarischen Kultur. Der Ernährungsstil wird stark von kulturellen, sozialen, religiösen und psychologischen Faktoren bestimmt (BRUNNER 2005:194; RÖSCH/HEINCKE 2001:241; BARLÖSIUS 1999:36ff.). Die alltägliche Praxis der Ernährung in Familienhaushalten zeigt im sozialwissenschaftlichen Sinn den Charakter eines gesellschaftlichen Totalphänomens. Mit diesem Begriff werden soziale Tatsachen und Prozesse bezeichnet, die nicht nur einzelne Aspekte oder Bereiche des gesellschaftlichen Lebens betreffen, sondern umfassend von Bedeutung sind. Dieses trifft für das Handlungsfeld der Ernährung mit Bezügen in wirtschaftlicher, politischer, religiöser, rechtlicher, kultureller und ästhetischer Hinsicht deutlich zu (BAYER/KUTSCH/OHLY 1999:19).

In der vorliegenden Arbeit wird versucht, der Komplexität dieses Handlungsbereiches mit einem qualitativen Ansatz gerecht zu werden. Der Begriff der Ernährung umfasst dabei nicht nur den eigentlichen Moment des Verzehens eines Lebensmittels, sondern alle Prozesse der Erzeugung, Verarbeitung und Verfeinerung von Substanzen, die dem menschlichen Körper zur Entwicklung und Erhaltung seiner Funktionen zugeführt und von diesem nach dem Stoffwechsel ausgeschieden werden. Zum Begriff der Ernährung als Kulturtechnik gehören aber auch die naturalen und sozialen Randbedingungen, die Formen der Arbeit und die ökonomischen Verhältnisse, gesellschaftlichen Ungleichheits- und Herrschaftszustände, soziokulturellen Diskurse und Symbolwelten sowie die politischen, religiösen und wissenschaftlichen Deutungsmuster. Ernährung ist daher ein komplexer Begriff, der weit über die Nahrung und das Essen hinausgeht (PRAHL/SETZWEIN 1999:8).

Das praktizierte *Ernährungsverhalten* wird beschrieben als

„[...] die Gesamtheit aller geplanten und gewohnheitsmäßigen Handlungsvollzüge, deren Sinn es ist, Nahrung zu erzeugen, zu beschaffen, sich einzuverleiben oder auch andern Zwecken symbolisch zuzuführen“ (BODENSTEDT 1983:240). „Das Ernährungsverhalten umfasst die Gesamtheit aller Handlungen des Menschen, die auf die Befriedigung seiner Ernährungsbedürfnisse gerichtet sind. Es erstreckt sich also auf alle Handlungsaktivitäten, die mit der Lebensmittelbeschaffung, -zubereitung und mit dem Verzehr von Speisen verbunden sind.“ (FRIEBE 1984 zitiert nach LANGE 1993:19)

DIEHL beschreibt Ernährungsverhalten als eine geplante oder spontane Handlung, die die Beschaffung, die Zubereitung, die Konsumtion und den sozialen, symbolischen und rituellen Gebrauch der Nahrung umfasst. Die Erforschung des Ernährungsverhaltens wird dabei von verschiedenen Disziplinen betrieben (DIEHL 1986:2ff.).

In Anlehnung an die sozialwissenschaftliche Lebensstilforschung wird der *Ernährungsstil* im Kontext dieser Arbeit zunächst als eine überindividuelle Kategorie verstanden:

Ernährungsstile sind relativ stabile Muster der Ernährungsversorgung in privaten Haushalten, die abhängen von verfügbaren Ressourcen, gegebenen Lebenslagen sowie von Wertorientierungen und Einstellungen (MEIER 2000:59).

Gegenüber dem individuell zu betrachtenden Ernährungsverhalten ist der Ernährungsstil eine sozialstrukturelle Kategorie.

Als Synonym zu dem Begriff der *Ernährungsweise* wird der Begriff des *Ernährungsstils* im Rahmen dieser Arbeit sowie in der Literatur auch als die Art und Weise verstanden, wie der Handlungsbereich der Ernährung in einem individuellen Haushalt gestaltet und organisiert wird. Dabei geht es in Abgrenzung zum Ernährungsverhalten nicht um ein Individuum, sondern um das Zusammenwirken der Haushaltsmitglieder bei der Gestaltung der familialen Ernährungsweise. Diese beschränkt sich nicht auf die Betrachtung dessen, was letztlich auf dem Teller liegt und gegessen wird, sondern

bezieht auch das Einkaufsverhalten, die Informationsbeschaffung, Vorratshaltung, Nahrungszubereitung, das Mahlzeitenverhalten und die Entsorgung mit ein.

Eine nachhaltige Ernährungsweise orientiert sich dabei am Leitbild einer ökologischen, sozialen und ökonomischen Entwicklung. Es wird dieser umfassende Ansatz gewählt, da sowohl auf der gesellschaftlich-politischen Ebene als auch im privaten Haushalt die drei Eckpfeiler der Nachhaltigkeit nicht sinnvoll getrennt voneinander bestehen können. Im Haushalt sind unter diesem Aspekt gerade auch die Zielkonflikte der unterschiedlichen Prämissen interessant.

Sowohl der Begriff des Ernährungsstils als auch der der Ernährungsweise werden in der Literatur gelegentlich im Sinne gesamtgesellschaftlicher Ernährungsmuster verwendet, z. B. der Ernährungsstil der westlichen Industrienationen (siehe auch Kap. 2.2.3.3).

# 2 Nachhaltige Ernährungsweisen in Familienhaushalten

Die aktuell praktizierte gesellschaftliche Ernährungsweise in Industrienationen ist nicht als zukunftsfähig zu bezeichnen. Zum einen verursacht die Lebensmittelproduktion ökologische und soziale Probleme in globaler Dimension, zum anderen ist der Lebensmittelkonsum durch Über- und Fehlernährung geprägt und führt zu gesundheitlichen Schäden mit großer gesellschaftlicher Tragweite. In Kapitel 2.1 werden die aktuellen Problemlagen entlang der vier Nachhaltigkeitsdimensionen auf der Grundlage des momentanen Forschungsstandes dargestellt und mögliche Entwicklungslinien und Lösungsansätze für eine nachhaltige Gestaltung des gesellschaftlichen Handlungsbereiches *Ernährung* aufgezeigt. Für einen umfassenden Überblick über die Komplexität des Handlungsbereiches wird hierfür zunächst die Rolle aller Beteiligten im Ernährungssektor – von der Landwirtschaft über Nahrungsmittelindustrie und Handel bis zum Verbraucher – vorgestellt und diskutiert. Fokus der Betrachtungen ist dabei die gesellschaftliche Ernährungsweise in Deutschland. Den privaten Haushalten wird als Institutionen des privaten Konsums und als Dreh- und Angelpunkten der Ernährungsversorgung eine wesentliche Bedeutung und Verantwortung für Veränderungen von Nachhaltigkeitsdefiziten im Bereich der Ernährung beigemessen. Am Ende des Kapitels werden daher die in der Literatur beschriebenen Handlungsansätze, die sich an die Adressen der privaten Haushalte richten, zusammenfassend dargelegt.

Mit dieser Arbeit wurde das Ziel verfolgt, die Handlungschancen und -möglichkeiten für eine nachhaltige Ernährungsweise in Familienhaushalten zu erkennen und zu beschreiben. Mit Kapitel 2.2 findet daher ein Perspektivenwechsel von der gesamtgesellschaftlichen Makroperspektive auf die Mikroperspektive des Haushalts statt. Kapitel 2.2 stellt die Problematik nachhaltiger Ernährungsweisen aus Sicht von Familienhaushalten in den Mittelpunkt und analysiert in drei Schritten Handlungsspielräume und Voraussetzungen für nachhaltige Ernährungsweisen in Familienhaushalten.

*1 Das Wesen des Familienhaushalts:* Haushalte sind Orte der (Ernährungs-) Versorgung, Alltagsorganisation und Lebensgestaltung – im Fall von Familienhaushalten für mehrere Personen unterschiedlichen Alters und Geschlechts. Da die Ernährungsversorgung fest eingebettet ist in die Haushaltsstrukturen, stehen die Grenzen und Chancen nachhaltiger Ernährungsweisen eng mit der allgemeinen Haushaltsorganisation in Verbindung. Für ein umfassendes Verständnis wird daher in



Kapitel 2.2.1 zunächst der Haushalt als Lebensraum und Handlungskontext beleuchtet sowie seine Aufgaben und Funktionsweise beschrieben. Ernährung ist im Kontext der haushälterischen Alltagsgestaltung ein wichtiger Handlungsbereich, aber nicht der einzige. Vielfältige komplexe Anforderungen müssen bewältigt und koordiniert werden. Die Gestaltung der Haushaltsorganisation ist dabei zum einen durch individuelle Prioritätensetzungen und Entscheidungen der Haushaltsmitglieder geprägt, zum anderen ist sie eingebunden in einen gesellschaftlichen, strukturellen Rahmen, der haushälterisches Handeln maßgeblich beeinflusst. Im Zusammenspiel der Prioritäten und Bedürfnisse aller Haushaltsmitglieder mit den äußeren Bedingungen entwickelt jeder Haushalt einen eigenen Haushaltsstil. Aufgrund des normativen Charakters des Nachhaltigkeitspostulats und der Bedeutung von Wertorientierungen und Einstellungen kommt in diesem Zusammenhang dem Einfluss von Leitbildern auf haushälterisches Handeln ein besonderer Stellenwert zu.

*2 Das Wesen des Handlungsbereichs Ernährung:* Nach der Darstellung des Haushalts steht im folgenden Abschnitt die Ernährung im Mittelpunkt. Die Faktoren, die auf die Gestaltung der Ernährungsweise von Personen bzw. Haushalten wirken, sind vielfältig und vielschichtig. Durch die physiologische Notwendigkeit, dem Körper bestimmte Stoffe zuzuführen, wird ein grober Rahmen abgesteckt, ebenso durch die Verfügbarkeit von möglichen Lebensmitteln. Innerhalb dieses Rahmens sind jedoch noch sehr viele Handlungsalternativen möglich, die unter anderem bestimmt werden durch individuelle Vorlieben, sozialstrukturelle Bedingungen und gesellschaftliche Normen. Die Darstellung von Ernährung als komplexes soziales Phänomen ist Gegenstand des Kapitels 2.2.2. Ernährung wird in dieser Arbeit als ein zentrales Handlungsfeld im Haushalt betrachtet und alle damit verbundenen Entscheidungen und Tätigkeiten als haushälterische Handlungen verstanden. Das soziale System des Haushalts ist daher von maßgeblichem Einfluss auf die Entstehung von bestimmten Ernährungsweisen. So steht im weiteren Verlauf des Kapitels die familiäre Ernährungsweise als Ergebnis von Aushandlungsprozessen und Entscheidungsfindungen im Zentrum der Darstellung.

*3 Bedeutung und Umsetzung nachhaltiger Leitbilder bei der Ernährung von Familienhaushalten:* In den beiden vorangegangenen Kapiteln ist die besondere Handlungslogik für die Ernährungsweise von Familienhaushalten detailliert dargestellt worden. Im folgenden Schritt werden vor diesem Hintergrund die Handlungsspielräume für nachhaltige Ernährungsweisen ausgeleuchtet. Welche Bedeutung messen die Haushalte allgemein dem Thema *Nachhaltigkeit* in Bezug auf die Ernährung zu? Wie nachhaltig sind aktuelle Ernährungsweisen der Familienhaushalte? Welches sind – orientiert am Haushaltsstilansatz – die Voraussetzungen für entsprechende Verhaltensweisen?

### 2.1 Dimensionen einer nachhaltigen Ernährung

Die drei Dimensionen der Nachhaltigkeit – Ökologie, Ökonomie und Soziales – werden in der Diskussion um nachhaltige Ernährung noch um den gesundheitlichen Aspekt ergänzt. Dieser ist als eigenständige Dimension aus dem Sozialen ausgegliedert (ERDMANN/SOHR et al. 2000:37; v. KOERBER/KRETSCHMER 2000:39; HOFER 1999:37). Der Ernährungsstatus beeinflusst wesentlich die Gesundheit, die Leistungsfähigkeit und das Wohlbefinden des Menschen (COENEN/GRUNWALD 2003:170). Im Vergleich zu den drei anderen Dimensionen der Nachhaltigkeit kommt der Gesundheit ein besonderer Stellenwert zu, da sie nicht nur von gesellschaftlicher Bedeutung ist, sondern auch im individuellen Interesse des Menschen liegt (MAGNUSSON/ARVOLA et al. 2003:109).

Mit den gesellschaftlichen Entwicklungen der letzten Jahre hat sich auch die Ernährungsweise verändert. Besonders hervorzuheben ist dabei die demographische Entwicklung, die zu einer Veränderung der Alters- und Familienstruktur geführt hat. Auch der Arbeitsmarkt und die Arbeitsbedingungen haben sich im Zeitalter der Globalisierung verändert. Es haben sich neue Lebens-, Konsum- und Ernährungsstile herausgebildet. Eine entscheidende Entwicklung im Bereich der Ernährung ist dabei die zeit-räumliche Entkopplung von Nahrungsmittelproduktion und -konsum (HOFER 1999:1). Es steht alles überall und zu jeder Zeit zur Verfügung. Vorratshaltung, Verarbeitung, Konservierung und Zubereitung der Nahrung als ehemals zentrale Aufgaben der Haushaltsführung werden zunehmend externalisiert. Viele Probleme im Kontext einer nicht-nachhaltigen Ernährung stehen mehr oder weniger direkt im Zusammenhang mit der zeit-räumlichen Entkopplung von Nahrungsmittelproduktion und -konsum.<sup>2</sup>

Des Weiteren ist an dieser Stelle darauf hinzuweisen, dass keine der vier Dimensionen isoliert betrachtet und bearbeitet werden kann. Es gibt vielfältige Wechselwirkungen und Verknüpfungen, die nachhaltige Ernährung zu einem komplexen System machen.

---

<sup>2</sup> Das Themenfeld *Ernährung* ist ein komplexes System mit vielfältigen Verknüpfungen. Es sind viele gesellschaftliche Veränderungen im Bereich der Ernährung zu beobachten, die aber aufgrund der Komplexität nur schwer in einen Ursache-Wirkungszusammenhang zu bringen sind. So kann man zum Beispiel Hinweise dafür finden, dass veränderte Lebensgewohnheiten, die Bevölkerungsentwicklung und Familienstruktur sowie Veränderungen auf dem Arbeitsmarkt dazu geführt haben, dass Vorratshaltung, Verarbeitung, Konservierung und Zubereitung der Nahrung als ehemals zentrale Aufgaben der Haushaltsführung zunehmend externalisiert werden. Umgekehrt betrachtet ließe sich aber auch folgern, dass die Veränderung der Lebensgewohnheiten und der Familienstruktur erst möglich wurde durch die Angebote der Lebensmittelindustrie.

## 2.1 Dimensionen einer nachhaltigen Ernährung

---

So stehen zum Beispiel umweltschädigende Produktionsbedingungen in der Landwirtschaft in enger Verbindung mit dem Machtgefüge im Wirtschaftssystem (HOFER 1999:21; TAPPESE/BAIER/EBINGER 1999:91).

### 2.1.1 *Ökologische Dimension*

Die ökologische Relevanz des Ernährungsbereichs ergibt sich durch die Umweltfolgen der Produktion, des Transports, der Zubereitung und Entsorgung von Lebensmitteln bzw. deren Verpackung. Diese entstehen in erster Linie durch den Verbrauch von Energie, Wasser, Material und Boden und wirken auf Wasser-, Boden-, Luft- und Landschaftsqualität, Biodiversität und Klima (HOFER 1999:48).

#### ENTWICKLUNGSLINIEN

Die Lebensgewohnheiten und -bedingungen in den Industrienationen haben sich in den letzten Jahrzehnten entscheidend verändert. Stetig wachsender Wohlstand und Konsum hat in den alten Bundesländern von 1960 bis 1980 fast zu einer Verdopplung des Primärenergieverbrauchs<sup>3</sup> geführt (BUND/MISEREOR 1996:105). So verdoppelte sich zwischen 1990 und 1996 der Verbrauch tiefgekühlter Fertigprodukte in Deutschland, insgesamt nahm der Anteil an stark verarbeiteten Produkten zu (DTI 2005). Etwa 90 % der angebotenen Lebensmittel sind verarbeitet (BERGMANN 1999). Aus Sicht einer nachhaltigen Ernährung ist außerdem der hohe Anteil von tierischen Produkten problematisch. So geht mit 44 % der größte Anteil der im Bereich *Ernährung* und *Landwirtschaft* emittierten CO<sub>2</sub>-Äquivalente auf das Konto der Tierproduktion (v. KOERBER/MÄNNLE/LEITZMANN 2004:14). Auch wenn die Tendenz hier leicht rückläufig ist (STATISTISCHES BUNDESAMT 2006b:39), liegt der Fleischverbrauch der Deutschen mit 65 kg pro Kopf im europäischen Vergleich an der Spitze (UMWELTBUNDESAMT 1997:19, COENEN/GRUNWALD 2003:180).

Die Nahrungsmittelproduktion und -distribution ist unter anderem durch das veränderte Nachfrageverhalten nach billigeren und stärker verarbeiteten Produkten der letzten Jahrzehnte gekennzeichnet. Damit gekoppelt sind eine Intensivierung der Landwirtschaft, die Intensivierung der Nahrungsmittelverarbeitung und eine zunehmende Transportaktivität.

---

<sup>3</sup> „Der Primärenergieverbrauch beziffert den Energiegehalt der in einem Bezugsjahr insgesamt eingesetzten Energieträger [...] Einige Schadstoff-Emissionen sind (mehr oder weniger) an den Energieverbrauch gekoppelt (CO<sub>2</sub>, NO<sub>x</sub>, SO<sub>2</sub>).“ (BUND/MISEREOR 1996:46)

### PROBLEMLAGEN

Es ist schwierig, exakte und gesicherte Aussagen zur ökologischen Belastung durch die gesellschaftliche Ernährungsweise<sup>4</sup> zu machen. Abgesehen von den in der Umweltforschung ohnehin kaum herstellbaren Ursache-Wirkungszusammenhängen ergeben sich eine ganze Reihe von Schwierigkeiten durch die Komplexität dieses Handlungsbereichs (HOFFMANN 2004:5ff.). Für europäische Industrieländer liegen zwar eine unüberschaubare Anzahl an Untersuchungen über die ökologischen Auswirkungen von Ernährung und besonders der intensiven Landwirtschaft vor, die aber aufgrund sehr unterschiedlicher Methoden, Blickwinkel und Bewertungsraster kaum zu vergleichen sind und zuverlässige Aussagen schwierig machen (HOFER 1999:48). Die Daten sind meist nur für bestimmte Indikatoren wie zum Beispiel den Energieverbrauch oder die CO<sub>2</sub>-Belastung erhoben. Zum anderen sind durch globale Handelsbeziehungen gerade im Ernährungsbereich die Auswirkungen in anderen Ländern nur schwer zu erfassen und Grenzen nicht klar zu ziehen. Die Studien und Analysen zu Ernährung und Nachhaltigkeit konzentrieren sich auf folgende drei Problembereiche (HOFER 1999; UMWELTBUNDESAMT 1997; ZÖLLER/STROTH 1999):

- *Intensivierung der Landwirtschaft:* Die Produktivität von Arbeit und Boden wurde stark erhöht, es wurde immer mehr auf immer weniger Fläche produziert (UMWELTBUNDESAMT 1997:118). Die Folgen der Intensivierung sind Stickstoff- und Phosphatbelastungen, Belastung durch Pflanzenschutzmittel, Schadstoffeinträge durch Düngemittel sowie Bodenerosion. Trinkwasser und Böden sind gefährdet, die biologische Vielfalt wird eingeschränkt (UMWELTBUNDESAMT 1997:122ff.)
- *Intensivierung der Lebensmittelverarbeitung:* Diese ist in erster Linie auf eine Zunahme der Verarbeitungstiefe<sup>5</sup> zurückzuführen. Der Anteil an naturbelassenen Lebensmitteln geht zurück, die Verkaufszahlen von industriell verarbeiteten Produkten wachsen sprunghaft. Daraus resultieren zunehmende ökologische Belastungen durch deutlich höheren Energieverbrauch, Transportverkehr und steigendes Abfallaufkommen (HOFER 1999:25ff). Jeder Arbeitsschritt verbraucht Energie und Rohstoffe.

---

<sup>4</sup> Die gesellschaftliche Ernährungsweise umfasst auch die Erzeugungsweise in der Landwirtschaft, die Produktionsweisen der lebensmittelverarbeitenden Industrie und Strukturen des Lebensmittelhandels.

<sup>5</sup> Die Verarbeitungstiefe bezeichnet das Ausmaß der Veränderung biologischer Strukturen durch physikalische oder chemische Verfahren (HOFER 1999:17).

- *Transporte:* Das gestiegene Transportaufkommen steht in direkter Verbindung mit der Raum-Zeit-Entkopplung von Lebensmittelproduktion. Durch Konzentration und Spezialisierung hat sich der Transportaufwand für Produktion und Vermarktung von Lebensmitteln drastisch erhöht<sup>6</sup> (UMWELTBUNDESAMT 1997:133).

Wenn sämtliche dem Handlungsfeld *Ernährung* zuzuordnenden Verbrauchswerte und Emissionen in Addition dargestellt werden, stellt sich das Ausmaß der ökologischen Belastung durch die gesellschaftliche Ernährungsweise folgendermaßen dar:

- *Energieverbrauch:* Die Ernährung hat einen Anteil von 20 % am gesamtgesellschaftlichen Primärenergieverbrauch. Der direkte Energieeinsatz zur Nahrungszubereitung in den Haushalten macht davon wiederum etwa ein Fünftel aus; die übrigen vier Fünftel wurden durch Nahrungsmittelproduktion und -verarbeitung verursacht (BUND/MISEREOR 1996:108).
- *Flächenverbrauch:* Der Flächenverbrauch durch die Landwirtschaft liegt bei etwa 55% der Gesamtfläche Deutschlands. Die Umweltrelevanz dieser Flächennutzung ergibt sich jedoch nicht durch die rein quantitative Betrachtung, sondern ist in erster Linie eine Frage der Intensität der Bodennutzung. Indikatoren sind hier der Einsatz von synthetischen Stickstoffdüngern und Bioziden sowie der Bodenverlust durch Erosion (BUND/Misereor 1996:115). Die Nahrungsmittelversorgung in Deutschland wird zu einem bedeutenden Anteil durch importierte Produkte bestritten. So ist die Fleischproduktion für den deutschen Markt zu etwa 50 % für die Flächenbeanspruchung im Ausland verantwortlich (BUND/MISEREOR 1996:118).<sup>7</sup> Daher stehen auch ökologische Folgen der Landbewirtschaftung in anderen Regionen der Erde in Verbindung mit der deutschen Ernährungsweise. Die

---

<sup>6</sup> Allein zwischen 1970 und 1991 stieg das Güteraufkommen in der Nahrungsmittelproduktion und -distribution von 97,1 Mio. t. auf 157,8 Mio. t. Das entspricht einem Zuwachs von 2/3. Noch weit stärker als das Güteraufkommen nahm aufgrund wachsender Transportentfernungen die Transportleistung zu. Drastisch verändert hat sich zwischen 1970 und 1991 die Nutzung der Verkehrsträger. Während 1970 noch 41 % der Nahrungsmittel mit der Eisenbahn und nur 38 % mit dem Lkw transportiert wurden, waren es 1991 10 % mit dem Zug zu 76 % mit Lkw. In den letzten Jahren hat der Luftfrachtverkehr insbesondere für den Transport von Nahrungsmitteln sowie für deren Vorprodukte zunehmend an Bedeutung gewonnen. Die Verlagerung von der Eisenbahn und vom Binnenschiff auf den Lkw fiel bei Nahrungsmitteltransporten noch weit deutlicher aus als im Güterfernverkehr allgemein (UMWELTBUNDESAMT 1997:133f.).

<sup>7</sup> Die im Ausland für deutsche Importe belegte Fläche ist größer als die im Inland für Exporte belegte Fläche. Der deutsche Konsum landwirtschaftlicher Produkte beruht auf einer Netto-Beanspruchung landwirtschaftlicher Flächen in anderen Ländern. Diese betrug im Jahr 1991 etwa 30 % der inländischen Landwirtschaftsfläche (BUND/MISEREOR 1997:118).

zentralen Probleme auf globaler Ebene sind Wasserknappheit, Erosion, Versalzung und Wüstenbildung<sup>8</sup> (TAPPESE/BAIER/EBINGER et al. 1999:31).

- *Materialverbrauch:* In der Studie „Zukunftsfähiges Deutschland“ wurde die gesamte Materialentnahme auf die verschiedenen Bedarfsfelder des privaten Konsums verteilt. Dabei zeigt sich, dass die größten Stoffströme für Wohnen, Ernährung und Freizeit bewegt werden (BUND/MISEREOR 1996:102f). Ein Fünftel aller der Umwelt entnommenen Materialien werden direkt oder indirekt zum Zwecke der Ernährung bewegt. Knapp ein Viertel dieses Anteils sind dem privaten Sektor Lebensmittelzubereitung und Einkaufsfahrten zuzurechnen – mehr als drei Viertel entsteht durch die Bereitstellung der Lebensmittel bis zum Verkauf (ein Viertel Transporte, Verpackungen und Infrastruktur, zwei Viertel Erzeugung und Verarbeitung in Landwirtschaft und Ernährungsindustrie). Die verschiedenen Lebensmittel unterscheiden sich erheblich in ihrer spezifischen Materialintensität (Kilogramm Materialentnahme für Erzeugung und Aufbereitung pro Kilogramm Produkt). So werden zum Beispiel 17 Kilogramm Material pro Kilogramm Produkt bei Fleisch und Fleischerzeugnissen aufgewendet. Diese haben wegen der großen Mengen an Futtermitteln den größten ‚ökologischen Rucksack‘ (BUND/MISEREOR 1996:102f).
- *Treibhausgase:* Durch den hohen Anteil des Bedarfsfelds *Ernährung* am Primärenergieverbrauch ergibt sich ein ebenso beträchtlicher Anteil am Ausstoß klimarelevanter Treibhausgase. Dazu kommen noch nicht energie-bedingte Emissionen durch die Landwirtschaft, zum Beispiel Lachgas (NO<sub>2</sub>) und Methan (CH<sub>4</sub>)<sup>9</sup>. Insgesamt ergibt sich hier ein Anteil des Ernährungsbereiches an der Gesamtbelastung von etwa 20 bis 25 % (JUNGBLUTH 1999:15; v. KOERBER/KRETSCHMER 2000:40; BUND/MISEREOR 1996:124).

---

<sup>8</sup>Durch Bewässerungsprojekte konnte fruchtbares Land für den Anbau gewonnen werden. Dadurch sind allerdings auch große Probleme entstanden. Der riesige Wasserverbrauch hat Grundwasservorräte teilweise dramatisch verringert. Eine falsche Bewässerungstechnik führt zu Versalzung von Böden und macht sie unbrauchbar. Wüstenbildung ist eine Folge der Versalzung und Wasserknappheit. Jedes Jahr gehen eine halbe Million Hektar Land verloren. In den letzten 20 Jahren sind weltweit 100–140 Millionen Hektar Land, das sind knapp 10 % des derzeit genutzten Ackerlandes, unwiderruflich verloren gegangen. Zum Vergleich: Die gesamte Anbaufläche Deutschlands beträgt knapp 17 Millionen Hektar (TAPPESE/BAIER/EBINGER 1999:31).

<sup>9</sup> Die wichtigste Ursache der Lachgasemissionen ist der Eintrag von leicht verfügbarem Stickstoff in landwirtschaftliche Böden. Für den größten Teil der landwirtschaftlichen Methanemissionen ist die Tierhaltung, insbesondere die Rinderhaltung verantwortlich. Bei der Verdauung durch Wiederkäuer und bei der aeroben Lagerung von Wirtschaftsdünger werden erhebliche Mengen an Methan freigesetzt. Etwa drei Viertel der Methanemissionen in der Landwirtschaft stammen allein aus der tierischen Verdauung. (UMWELTBUNDESAMT 1997:130)

## 2.1 Dimensionen einer nachhaltigen Ernährung

---

- *Sonstige Emissionen:* Die weiteren Emissionen stehen in Verbindung mit der intensiven konventionellen Landwirtschaft. Diese sind in erster Linie Stickstoff- und Phosphatbelastungen sowie Einträge von Pflanzenschutzmitteln und Düngemitteln (siehe oben). Mehr als die Hälfte der Gesamtstickstoffemissionen in Deutschland werden durch die Ernährung verursacht (UMWELTBUNDESAMT 1997:121). Weiterhin gehen einige Schwermetallemissionen in den Boden auf die Landwirtschaft zurück (ERDMANN/SOHR et al. 2000:39).

### ENTWICKLUNGSZIELE

Die übergeordneten Ziele im Sinne einer ökologischen Entwicklung im Ernährungsbereich sind Ressourcenschonung, Erhalt der ökologischen Tragfähigkeit sowie Erhalt und Entwicklung der Arten und Biotopvielfalt. Angesprochen sind dabei alle Akteure entlang der Nahrungskette (ERDMANN/SOHR et al. 2000:42). Aufgrund der massiven Auswirkungen auf Energieaufwand, klimarelevante Emissionen, Ammoniak-Emissionen und Flächenbelegungen im Ausland gehört die Verringerung der Fleischproduktion und des Fleischkonsums zu den wichtigsten Ansatzpunkten zur Reduktion der ökologischen Belastungen aus Land- und Ernährungswirtschaft (COENEN/GRUNWALD 2003:180; MELLINGER 2004:27).

### 2.1.2 *Ökonomische Dimension*

Unter ökonomischen Gesichtspunkten sind in Bezug auf eine nachhaltige Entwicklung zum einen Handelsverflechtungen und Verteilungsprozesse zwischen Industrie- und Entwicklungsländern von Bedeutung (v. KOERBER/KRETSCHMER 2000:41). Zum anderen ist für die Auseinandersetzung mit nachhaltigen Ernährungsstilen die Situation auf dem nationalen Markt wichtig, da diese strukturgebend auf die Akteure wirken.

### ENTWICKLUNGSLINIEN

Der Strukturwandel hin zu einem globalen Markt führt auch im Bedürfnisfeld *Ernährung* durch Internationalisierung und Liberalisierung der Märkte zu einer Verschiebung der Machtverhältnisse in Richtung *Big Players* (HOFER 1999:19; ERDMANN/SOHR et al. 2000:32). Die zunehmende Privatisierung auf globaler Ebene, wie beispielsweise im Bereich der Wasserversorgung, könnte zu weiteren Abhängigkeitsverhältnissen zwischen den Ländern des Nordens und des Südens führen. Das Gefälle des Weltwohlstands verstärkt sich weiter. Für die Länder mit niedrigem Einkommen hat sich auf dem Weltmarkt das Austauschverhältnis ihrer Exportgüter (Rohstoffe) zu Importgütern (Fertigprodukte) verschlechtert (FAO 2006).

## 2.1 Dimensionen einer nachhaltigen Ernährung

---

Auf nationaler Ebene bringen Konzentrationsprozesse auf dem Lebensmittelmarkt eine Veränderung der bislang mittelständisch und dezentral organisierten Struktur der Lebensmittelbranche mit sich. Unternehmen spezialisieren und konzentrieren sich innerhalb einzelner Zweige (ERDMANN/SOHR et al. 2000:32). Die breite Produktpalette internationaler Konzerne ist kaum noch von regionalen und saisonalen Besonderheiten geprägt. Die Lebensmittelindustrie war 1997 bundesweit viertgrößte Branche innerhalb des verarbeitenden Gewerbes. Heute ist der Markt weitgehend gesättigt und die Angebotssituation durch umfangreiche Überkapazitäten gekennzeichnet. Der Handel ist gegenüber den verarbeitenden Betrieben in einer stärkeren Position. Die Situation der Landwirtschaft ist gekennzeichnet durch ihre abnehmende gesamtwirtschaftliche Bedeutung<sup>10</sup>, sinkendes Preisniveau und stagnierende Nachfrage. Kleine und mittlere Vollerwerbsbetriebe verschwinden, nur noch große, industriell organisierte Betriebe können sich auf dem Markt durchsetzen (HOFFER 1999:19f.).

### PROBLEMLAGEN

- *Welternährung:* Hunger und Unterernährung sind nach wie vor drängende Probleme auf globaler Ebene. Im Jahr 2000 waren über 60 % der Todesfälle bei den unter fünfjährigen Kindern weltweit auf Unterernährung zurückzuführen (WHO 2006). Dabei hat die Entwicklung der landwirtschaftlichen Produktion mit dem Bevölkerungswachstum Schritt gehalten – der Nahrungsmittelknappheit in den so genannten Entwicklungsländern stehen Nahrungsmittelüberschüsse in Industrieländern gegenüber.
- *Wirtschaftsstruktur, Liberalisierung und Wettbewerb:* Die Verschiebung der Machtverhältnisse auf dem internationalen Agrarmarkt und der Einfluss multinationaler Konzerne führt zu einem Verlust regionaler Infrastruktur für die Versorgung mit Lebensmitteln. Gerade bei den Landwirten in den so genannten Entwicklungsländern entstehen problematische Abhängigkeiten. Auf nationaler Ebene ist das Gefüge auf dem Lebensmittelmarkt problematisch, da die Vormachtstellung des Handels einen enormen Preisdruck gegenüber der Lebensmittelindustrie und damit auch gegenüber den Erzeugern landwirtschaftlicher Produkte auslöst. In der Landwirtschaft führt dies zu fortschreitenden Produktivitätssteigerungen und damit zu umweltschädlichen Produktionsbedingungen (TAPPESER/BAIER/EBINGER 1999:81). Die traditionell mittelständisch und regional organisierte Struktur mit kleinen Einzelbetrieben

---

<sup>10</sup> Anteil der Landwirtschaft am Brutto-Inlands-Produkt liegt an der 1%Marke



(Bäckereien, Metzgereien) entwickelt sich zunehmend zu zentralisierten Filialketten und Nebenbetrieben in Lebensmittelmärkten. Problematisch an dieser veränderten Organisationsweise sind zum einen die zunehmende räumliche und zeitliche Entkopplung (siehe Kap. 2.1.1) und zum anderen die Konzentration der Macht bei wenigen Akteuren auf internationaler Ebene. Die Verlagerung der Wertschöpfung weg von der Landwirtschaft hin zum Handel liegt hierin begründet (HOFER 1999:21ff). Die in den Industrieländern angesiedelten Handelsriesen können so die Marktbedingungen diktieren. Ein Hauptproblem der zunehmenden Liberalisierung und damit Intensivierung der Märkte sind Fehlallokationen des Marktes infolge externer Effekte. Unzureichende Bewertungsmethoden externer Effekte stehen einer Internalisierung entgegen (ERDMANN/SOHR et al. 2000:52).

### ENTWICKLUNGSZIELE

Das zentrale Ziel der ökonomischen Dimension von Nachhaltigkeit ist die Erhaltung und Erweiterung der ökonomischen Leistungsfähigkeit der Gesellschaft. Bei der Ernährung bedeutet dies zum einen, Nahrungssicherheit zu gewährleisten. Zum anderen müssen die Strukturen, die dafür nötig sind, geschaffen und erhalten werden (ERDMANN/SOHR et al. 2000:52). In Bezug auf die Nahrungssicherheit bestehen vielfältige Verknüpfungen zur ökologischen Dimension. Als zentrale Voraussetzungen hierfür werden eine effiziente Ressourcennutzung und -schonung, das Sicherstellen der Wasserversorgung und der Erhalt der Artenvielfalt gefordert (TAPPESE/BAIER/EBINGER 1999:48).

Die ökonomische Voraussetzung wird in stabilen und effizienten Märkten gesehen. Auch der Erhalt oder die Schaffung von Wettbewerbs- und Innovationsfähigkeit wird in diesem Zusammenhang genannt. Dazu bedarf es der Aufrechterhaltung der flächendeckenden Landwirtschaft, der Internalisierung externer Kosten in Produktion und Verarbeitung sowie einer Anrechnung externer Kosten auf Transportpreise (ERDMANN/SOHR et al. 2000:53). Fraglich bleibt in allen Studien, wie sich der geforderte Struktur und Bewusstseinswandel bei gegebenen Machtverhältnissen und Interessenslagen auf dem globalen Markt vollziehen kann<sup>11</sup>.

---

<sup>11</sup> Das Umweltbundesamt formuliert in einem optimistischen Szenario: „Es werden alle Maßnahmen umgesetzt, die eine Veränderung und Fortentwicklung der politischen und ökonomischen Rahmenbedingungen und gesellschaftlichen Wertvorstellungen zum Ziel haben. Überkommene Wirtschafts-, Rechts- und Verwaltungsstrukturen werden den Erfordernissen einer nachhaltigen Entwicklung angepasst. Produktions- und Konsummuster sowie Einstellungen und Verhaltensformen ändern sich“ (UMWELTBUNDESAMT 1997:163).

### 2.1.3 Soziale Dimension

Unter der sozialen Dimension wird eine heterogene Gruppe von Teilwerten zusammengefasst, die von individuellen sozialpsychologischen Faktoren des Ernährungsverhaltens bis zu globalen sozialen Missständen reicht. Dabei geht es einerseits um den quantitativen wie qualitativen Zugang zu Nahrung, die für eine menschenwürdige Lebensführung ohne ernährungsbedingte gesundheitliche Beeinträchtigung nötig ist. Andererseits werden darunter die sozialen Bedingungen und Auswirkungen verstanden, die mit der Art und Weise der Lebensmittelproduktion wie z.B. der Arbeitsplatzsicherheit und den Arbeitsbedingungen in Verbindung stehen (HOFER 1999:45).

#### ENTWICKLUNGSLINIEN

Das gesellschaftliche Bild und die Vorstellung von Lebensmitteln wird nicht mehr durch die Landwirtschaft, sondern durch Lebensmittelindustrie und Handel geprägt (TAPPESE/BAIER/EBINGER 1999:15). Die Produktpalette der Nahrungsmittelindustrie ist kaum noch regional und saisonal geprägt (ERDMANN/SOHR et al. 2000:51). Die gesellschaftliche Ernährungssituation wird durch viele Faktoren beeinflusst. Auf der Ebene der sozialen Dimension stehen soziodemografische und gesellschaftliche Veränderungen im Vordergrund. Aus der Makroperspektive gleichen sich die Konsumgewohnheiten von verschiedenen Nationen immer weiter an. Auch eine zunehmende Verunsicherung über die Sicherheit von Lebensmitteln ist zu beobachten (HOFER 1999:27; ZÖLLER/STROTH 1999:22).

#### PROBLEMLAGEN

Das zentrale Problem auf globaler Ebene sind die sozialen Gegensätze zwischen privilegierten und unterprivilegierten Bevölkerungsgruppen. Reichtumsbedingte Ressourcenverschwendung im Norden stehen armutsbedingter Ressourcenzerstörung im Süden gegenüber<sup>12</sup> (ERDMANN/SOHR et al. 2000:57ff.). Es bestehen gravierende soziale Ungleichgewichte in Bezug auf den Zugang zu Nahrungsmitteln weltweit. Armut und soziale Benachteiligung sind aber nicht nur ein Problem von so genannten

---

<sup>12</sup> Vor allem durch Futtermittelimporte belegen Industrienationen Flächen in Entwicklungsländern. Dieses führt zu einer Flächenkonkurrenz gegenüber der Produktion von Nahrungsmitteln für die eigene Bevölkerung. Besonders problematisch ist dabei, dass für die Exportprodukte oft die besten Böden genutzt und die meiste Arbeitszeit aufgewendet wird (v. KOERBER/KRETSCHMER 2000:42). Zur Steigerung der Exportproduktion werden in so genannten Entwicklungsländern Regenwälder abgeholzt und dadurch Lebensräume zerstört (v. KOERBER/KRETSCHMER 2000:43).

## 2.1 Dimensionen einer nachhaltigen Ernährung

---

Entwicklungsländern. Auch in Industrienationen werden sie als Ursache für Fehlernährung genannt. Ernährungsbedingte Krankheiten treten in unterprivilegierten Bevölkerungsgruppen weit häufiger auf als in privilegierten Schichten.

Da es sich bei der Verfügbarkeit von Nahrungsmitteln um ein Verteilungsproblem handelt, ist die enge Verbindung zwischen sozialer und ökonomischer Dimension offensichtlich. Durch Exportsubventionen (z. B. in der EU) werden die Preise der Nahrungsmittel auf dem Weltmarkt gedrückt, was dazu führt, dass die in so genannten Entwicklungsländern produzierten Waren im Preiskampf verlieren und die Bauern in ihrer Existenz gefährdet werden (TAPPESER/DETTE/JÜLICH 1999:17). Dieses treibt Landflucht und Verstädterung voran (v. KOERBER/KRETSCHMER 2000:42)<sup>13</sup>. Außerdem ist eine Missachtung sozialer Mindeststandards bei den Arbeitsbedingungen zu beobachten (HOFER 1999: 46). Weiterhin kann die Dominanz multinationaler Konzerne ökologische und soziale Bedingungen der Lebensmittelproduktion diktieren. Diese Entwicklung hat außerdem zur Folge, dass die kulturelle Vielfalt der Ernährung abnimmt.

Aber auch auf nationaler Ebene schafft der beschriebene Strukturwandel im Ernährungsbereich soziale Probleme. So werden jährlich 3 % der landwirtschaftlichen Betriebe geschlossen. Es ist davon auszugehen, dass der Schließung lange Zeiten vorausgegangen sind, in denen die Landwirte nur sehr geringe Einkommen erwirtschaften konnten. Besonders die kleinen und mittleren Betriebe können unter den gegebenen Bedingungen lediglich Einkommen im Bereich der Armutsgrenze erwirtschaften. Weiterhin ist sowohl die Erzeugung als auch die Verarbeitung im Lebensmittelsektor geprägt durch Saisonarbeit, eine recht großen Zahl an nicht abgesicherten mithelfenden Familienangehörigen sowie vielen Erwerbstätigen im Niedriglohnbereich (COENEN/GRUNWALD 2003:173).

### ENTWICKLUNGSZIELE

Das zentrale Ziel der sozialen Dimension ist Gerechtigkeit. Es wird auf die im Nachhaltigkeitspostulat verankerte inter- und intragenerative Gerechtigkeit hingewiesen und eine existenzsichernde Entlohnung sowie die Beachtung von Mindeststandards bei den Arbeitsbedingungen gefordert.<sup>14</sup> Damit verbunden ist die Forderung nach einer

---

<sup>13</sup> Diese Tendenz steht wiederum in enger Verbindung mit den Problemlagen der ökologischen Dimension. Durch ökologische Probleme wie Versalzung, Wüstenbildung und Erosion verlieren Bauern ihre Nutzflächen (TAPPESER/BAIER/EBINGER 1999:30).

<sup>14</sup> Höchst Arbeitszeiten, solidarisch haftende Sozialversicherung, Gesundheitsschutz, Schutz vor Diskriminierung, Wahrung der Menschenrechte (HOFER 1999:56)

## 2.1 Dimensionen einer nachhaltigen Ernährung

---

gerechten Verteilung der Wertschöpfung zwischen den einzelnen Gliedern der Produktionskette auf internationaler Ebene.

Bezogen auf die soziale Situation in Industrienationen wird eine Stärkung von Verbraucherinteressen gefordert. Durch Eigenverantwortung, Selbstkompetenz, Wahlfreiheit auf der einen und Möglichkeiten der Verbraucherpartizipation und Produkttransparenz auf der anderen Seite wird angestrebt, die Qualität des Nahrungsmittelangebots zu steigern. Es wird jedoch auch die Ambivalenz zwischen Verbraucherwünschen (jedes Produkt zu jeder Zeit in bester Qualität zu geringem Preis) und Anforderungen der Nachhaltigkeit gesehen. Daher wird als Fazit ein Struktur-, Bewusstseins- und Wertewandel aller beteiligten Akteure in Richtung Nachhaltigkeit gefordert (UMWELTBUNDESAMT 1997, HOFER 1999). Eine solche Entwicklung hat auch den sozialen Ausgleich zwischen den einzelnen Akteuren als Ziel. (COENEN/GRUNWALD 2003:178). Unklar bleibt an dieser Stelle jedoch, wie dieser Wandel vonstatten gehen kann und welche strukturellen Hemmnisse z. B. durch Interessenkonflikte überwunden werden müssen. Die Normativität des Leitbilds und breite Zustimmung zu den Grundprinzipien der Nachhaltigkeit als Voraussetzung für Veränderungen spielt in diesem Zusammenhang eine entscheidende Rolle.

### **2.1.4 Gesundheitliche Dimension**

Die gesundheitliche Dimension wird in erster Linie als *Ausgliederung* der gesundheitsbezogenen individuellen Faktoren aus dem Kontext der sozialen Dimension verstanden.<sup>15</sup> Der gesundheitliche Effekt der Ernährung begründet sich zum einen zunächst direkt aus der summarischen Wirkung von Inhaltsstoffen und Wirkkomponenten der konsumierten Nahrungs- und Genussmittel auf den menschlichen Körper. Auswirkungen haben hier die wertgebenden und wertmindernden Inhaltsstoffe. Mit einem ganzheitlichen Blick auf die Ernährung als einen wichtigen Bereich des menschlichen Lebens kommen aber auch weitere Aspekte der Lebensführung zum Tragen. So ist Freude und Genuss beim Essen für das Wohlbefinden von besonderer Bedeutung (v. KOERBER/MÄNNLE/LEITZMANN 2004:57).

---

<sup>15</sup> In diesem Kapitel werden gesundheitliche Aspekte der Über- und Fehl-Ernährung in den Industrienationen angesprochen. Das global gesehen weitaus größere Problem der gesundheitlichen Beeinträchtigungen durch Nahrungsmangel als eine Folge von Armut wird in den Rahmen der sozialen Dimension eingeordnet.

### ENTWICKLUNGSLINIEN

Der durch gesellschaftliche Veränderungen gestiegene Konsum von stark verarbeiteten Produkten bringt gesundheitliche Probleme mit sich. Diese Produkte weisen im Vergleich zu naturbelassenen Lebensmitteln in der Regel einen höheren Fett- und Zuckergehalt sowie einen geringeren Vitamin- und Mineralstoffgehalt auf <sup>16</sup> (v. KOERBER/MÄNNLE/LEITZMANN 2004:43). Bei genauerer Analyse der gesellschaftlichen Ernährungsweise zeigt sich, dass ein ebenfalls zu beobachtendes steigendes Gesundheitsbewusstsein nur in wenigen Milieus verankert ist.

### PROBLEMLAGEN

Viele Zivilisationskrankheiten in den Industrienationen beruhen auf Fehlernährung. Die Liste wird angeführt von Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Bluthochdruck, Arteriosklerose, Herzinfarkt und Schlaganfall, außerdem Karies, Übergewicht, Kropf, Allergien, Verstopfung, Diabetes, Gallensteine und erhöhte Blutfettwerte. Etwa 67 % der Männer und 52 % der Frauen in Deutschland sind übergewichtig<sup>17</sup> (BERGMANN/MENSINK zitiert nach COENEN/GRUNWALD 2003:178). Als besonders problematisch wird der gravierende Anstieg des Übergewichts bei Kindern und Jugendlichen bezeichnet. Dies kann zu starken Gesundheitsproblemen führen, die sich bis in das Erwachsenenalter auswirken. Weiterhin verfestigen sich die zumeist ungünstigen Essgewohnheiten (COENEN/GRUNWALD 2003:179). Der Anteil ernährungsabhängiger Krankheiten an allen Todesfällen in Deutschland ist von 16 % im Jahr 1925 auf 43 % im Jahr 1955 auf 55 % im Jahr 1999 gestiegen.

Nach Schätzungen des Bundesministeriums für Gesundheit kann mehr als ein Drittel aller Kosten im Gesundheitswesen direkt oder indirekt den ernährungsabhängigen Erkrankungen zugerechnet werden (v. KOERBER/MÄNNLE/LEITZMANN 2004:8ff.). Die Hauptursachen dafür sind neben Bewegungsarmut der übermäßige Verzehr tierischer Nahrungsmittel und stark verarbeiteter Produkte (LEITZMANN 2001:45). Eine übermäßige, unausgewogene oder bezüglich der essenziellen Nährstoffe unzureichende Ernährung kann die Aufgabe der optimalen Struktur- und Funktionserhaltung des Organismus nicht erfüllen (v. KOERBER/MÄNNLE/LEITZMANN 2004:9).

---

<sup>16</sup> An dieser Stelle zeigt sich eine enge Verknüpfung mit der ökonomischen Dimension: Durch einen höheren Verarbeitungsgrad wird auf der einen Seite der Wert eines Lebensmittels in Bezug auf gesundheitsfördernde Inhaltsstoffe gemindert, für die Hersteller jedoch bedeutet jeder Verarbeitungsschritt eine höhere Wertschöpfung (HOFER 1999:35ff.).

<sup>17</sup> Body Mass Index über 25

## 2.1 Dimensionen einer nachhaltigen Ernährung

---

Auf der anderen Seite gilt Schlankheit als ein entscheidendes Leistungs- und Attraktivitätskriterium (METHFESSEL 2004:32). Dieses gesellschaftliche Schönheitsideal trägt zur Entstehung von Essstörungen bei, deren Anzahl in den letzten Jahren deutlich angestiegen ist (BZgA 2006).

Negative Auswirkungen auf die Gesundheit entstehen auch durch den Verderb von Lebensmitteln durch pathogene Mikroorganismen (Salmonellose, Hepatitis A et al.) sowie durch biogene Toxine, anthropogene Umweltkontaminanten, Rückstände aus der Landwirtschaft und Lebensmittelzusatzstoffe. Während die Belastung durch Zusatzstoffe und Umweltgifte von den Verbraucherinnen als höchstes Risiko eingestuft wird, sehen Experten dieses erst an dritter Stelle. In der Expertenbewertung steht die Fehl- und Überernährung an erster Stelle der Gesundheitsrisiken (HOFER 1999: 42).

### ENTWICKLUNGSZIELE

Im Idealfall dient die menschliche Ernährung der Aufrechterhaltung und Stärkung der körperlichen, seelischen und geistigen Gesundheit. Sie soll vielfältig und dem individuellen Bedarf entsprechend zusammengesetzt sowie bezüglich ihrer gesundheitlichen Qualität so hochwertig wie möglich sein. Dieses bedeutet eine möglichst geringe Verarbeitungstiefe und möglichst schonende Verarbeitungsweise (v. KOERBER/MÄNNLE/LEITZMANN 2004:110ff.). Aus der Perspektive des Pro-Kopf-Verbrauchs der BundesbürgerInnen wird ein geringerer Fleisch- und Alkoholkonsum gefordert und ein höherer Verzehr von frischem Obst und Gemüse sowie von Produkten aus ökologischer Landwirtschaft empfohlen. Der deutsche Fleischkonsum von 65 kg pro Jahr und Kopf sollte allein aus gesundheitlichen Gründen mindestens halbiert werden (DGE nach COENEN/GRUNWALD 2003:180).

Von besonderem Interesse für die zukünftige Ausrichtung der gesundheitlichen Dimension einer nachhaltigen Ernährung sind Kinder und Jugendliche. Bei diesen Zielgruppen lautet das Entwicklungsziel die Verankerung eines gesellschaftlichen Leitbilds für eine nachhaltige Ernährungsweise, die von allen für die Sozialisation bedeutsamen Personen und Institutionen getragen werden muss. Es ist grundsätzlich unerlässlich, eine alltagsbezogene Ernährungsbildung und -erziehung in Kindertagesstätten und Schulen zu institutionalisieren (MEIER-GRÄWE 2005:32). Die Familien hingegen brauchen breite strukturelle Unterstützung, um in ihrem Alltag gesunde, nachhaltige Ernährungsweisen umsetzen und so an die nachfolgende Generation weitergeben zu können. Hierbei sind unbedingt die milieuspezifischen Problemlagen und der soziale Kontext zu berücksichtigen.

### 2.1.5 Handlungsanleitungen für den privaten Haushalt

Im Hinblick auf gesellschaftliche Veränderungen in Richtung *Nachhaltigkeit* sind alle Akteure der Nahrungskette angesprochen. Den privaten Haushalten wird jedoch in den Analysen zu nachhaltiger Ernährung meist eine Schlüsselrolle zugesprochen. So konstatiert JUNGBLUTH:

„KonsumentInnen bilden einen Knotenpunkt der verursachten ökologischen Rucksäcke. Die gesamthaften Umweltbelastungen können wirkungsvoll dann minimiert werden, wenn sie vom Standpunkt der KonsumentInnen analysiert werden und darauf aufbauend Handlungsstrategien erarbeitet werden“ (JUNGBLUTH 1999: 1).

Und:

„Wenn das Denken pro nachhaltige Ernährung wirklich vom Bürger bzw. Verbraucher her alle politischen wie ökonomischen Zukunftsinvestitionen plant, dann wird der Speisewagen zur Lokomotive. Die derzeitigen Missstände in der Ernährungswirtschaft werden nur durch ein neues, grundsätzlich anderes Marktverhalten der Verbraucher beseitigt: Wenn mehr Erzeugnisse aus der näheren Region verlangt werden, stellt dies langsam, aber sicher die Herstellung und den Handel um. Der politisch initiierte neue Verbraucherschutz beabsichtigt zu Recht eine Veränderung des Konsumverhaltens. VerbraucherInnen entscheiden letztlich selbst über die Qualität ihrer Nahrungsmittel durch ihre Kaufhandlungen. Um sich für nachhaltige Ernährung zu entscheiden, muss es Aufklärungskampagnen und Bildungsangebote geben, die den Konsumenten zu einem ‚informierten Essen‘ befähigen“ (LUTZENBERGER/GOTTWALD 1999: 74).

Tabellen 1 und 2 geben einen Überblick über die an private Haushalte gerichteten Handlungsempfehlungen für eine nachhaltige Ernährungsweise. Die Empfehlungen beziehen sich auf verschiedene Handlungsbereiche und sind unterschiedlich konkret. Es zeigt sich, dass eindeutige Aussagen zu einem nachhaltigeren Verhalten schwieriger werden, je differenzierter die Handlungsbereiche dargestellt werden. So ist relativ klar nachzuweisen, dass die Reduktion des Fleischkonsums eine positive Entwicklung in allen vier Dimensionen der Nachhaltigkeit mit sich bringen würde. Im konkreten Entscheidungsprozess ist es allerdings meist nicht möglich, eindeutig zu bewerten, ob die Nachhaltigkeitsbilanz des konventionellen Schnitzels vom Dorfmetzger oder die des ökologischen aus dem Naturkostladen in der nächsten Stadt besser ist. Es existiert kein allgemein gültiger, für die verschiedenen komplexen Dimensionen der Nachhaltigkeit ausreichender Indikatorensatz zur Bewertung von Nachhaltigkeit. Daher werden zunächst die übergeordneten Handlungsempfehlungen mit den entsprechenden Nachhaltigkeitszielen vorgestellt.

*Tabelle 1: Kriterien und Nachhaltigkeitsziele für die Nahrungsmittelwahl*

Verringerung des Fleischkonsums (überwiegend ovo-lacto-vegetabile Ernährung)
<ul style="list-style-type: none"> <li>Verringerung der intensiven Landwirtschaft: geringere Gewässerbelastung, Artenschutz</li> <li>Klimaschutz: Ausstoß von CO<sub>2</sub> ↓</li> <li>Abbau Massentierhaltung: Güllekonzentration ↓, Ausbau extensiver Landwirtschaft</li> <li>Vermeidung von Futtermittelimporten: Flächenbelegung und Umweltbelastungen im Ausland ↓</li> <li>Gesundheitswert: Fett- und Proteinkonsum ↓; Vitamine/Mineralstoffe und sekundäre Pflanzenstoffe ↑</li> </ul>
Produkte mit geringer Verarbeitungstiefe
<ul style="list-style-type: none"> <li>geringere Materialintensität</li> <li>niedriger Primärenergieaufwand: Schadstoffe und CO<sub>2</sub>-Emissionen ↓</li> <li>Gesundheitswert: Gehalt an essentiellen und gesundheitsfördernden Substanzen ↑, Gehalt an Zusatzstoffen wie Farb- und Konservierungsstoffen, Emulgatoren, Aromen ↓</li> </ul>
frische, saisonale Produkte – saisongerechter Anbau
<ul style="list-style-type: none"> <li>höherer Gesundheitswert</li> <li>weniger Belastung durch Transport</li> <li>geringerer Energieverbrauch, weniger CO<sub>2</sub> Emissionen da keine Unterglaskulturen</li> </ul>
umweltfreundliche Verpackung
<ul style="list-style-type: none"> <li>geringerer Energie- und Materialaufwand, weniger Emissionen</li> <li>Reduktion der Müllmenge</li> </ul>
Produkte aus ökologischem Landbau
<ul style="list-style-type: none"> <li>weniger Emissionen: Stickstoff, Pestizide, CO<sub>2</sub> ↓</li> <li>geringerer Energieverbrauch</li> <li>Artenschutz</li> <li>Erhalt des Bodens</li> <li>artgerechte Tierhaltung, keine Futtermittel aus sogenannten Entwicklungsländern</li> <li>mehr Arbeitsplätze</li> <li>höherer Gesundheitswert (weniger Rückstände)</li> </ul>
regionale Produkte
<ul style="list-style-type: none"> <li>Förderung kleinerer und mittlerer Unternehmen, regionale Wirtschaftsstruktur</li> <li>Wiederbelebung ländlicher Räume, Erhalt der Kulturlandschaft</li> <li>weniger Transporte: geringerer Energieverbrauch, weniger Schadstoffemissionen</li> <li>höhere Wertschätzung der Konsumenten für Lebensmittel durch engeren Bezug, Identitätsbildung</li> <li>Überschaubarkeit der Produktlinie, Transparenz und Abgrenzung vom Massenmarkt</li> <li>frische: gute Qualität, höherer Genuss- und Gesundheitswert</li> <li>Internationale Gerechtigkeit nur bedingt (z.B. wegen Exportzwang für die Länder des Südens)</li> <li>höherer Genusswert</li> </ul>



## 2.1 Dimensionen einer nachhaltigen Ernährung

Fair Trade-Produkte
<ul style="list-style-type: none"><li>• Verbesserung der terms of trade für Länder des Südens</li><li>• intragenerative Gerechtigkeit, schafft stabile wirtschaftliche Strukturen in den Entwicklungsländern</li></ul>

(eigene Zusammenstellung nach ERDMANN/SOHR ET AL. 2000; HOFER 1999; JUNGBLUTH 1999; TAPPESER/BAIER/EBINGER 1999; v. KOERBER/MÄNNLE/LEITZMANN 2004; v. KOERBER/KRETSCHMER 2000; BUND/MISEREOR 1996; UMWELTBUNDESAMT 1997; ZÖLLER/STROTH 1999)

*Tabelle 2: Kriterien und Nachhaltigkeitsziele für den Umgang mit Nahrungsmitteln*

nachhaltige Einkaufsfahrten (kurze Wege, ökologische Verkehrsmittel)
<ul style="list-style-type: none"><li>• geringerer Energieverbrauch: CO<sub>2</sub> und sonstige Emissionen ↓, Kosten ↓</li><li>• Förderung regionaler Wirtschaftsstrukturen</li><li>• Gesundheit: Bewegung</li></ul>
fachgerechte Vorratshaltung mit energiesparenden Geräten
<ul style="list-style-type: none"><li>• Erhalt der Lebensmittelqualität: höherer Gesundheits- und Geschmackswert</li><li>• geringerer Energieverbrauch: CO<sub>2</sub> und sonst. Emissionen ↓, Kosten ↓</li></ul>
schonende Zubereitung mit energiesparenden Geräten und Techniken
<ul style="list-style-type: none"><li>• Erhalt der Lebensmittelqualität: höherer Gesundheits- und Geschmackswert</li><li>• geringerer Energieverbrauch: CO<sub>2</sub> und sonst. Emissionen ↓, Kosten ↓</li></ul>
nachhaltige Entsorgung
<ul style="list-style-type: none"><li>• geringerer Energieverbrauch durch Mehrwegverpackungen und Recycling</li></ul>

(eigene Zusammenstellung nach ERDMANN/SOHR ET AL. 2000; HOFER 1999; JUNGBLUTH 1999; TAPPESER/BAIER/EBINGER 1999; v. KOERBER/MÄNNLE/LEITZMANN 2004; v. KOERBER/KRETSCHMER 2000; BUND/MISEREOR 1996; UMWELTBUNDESAMT 1997; ZÖLLER/STROTH 1999)

Im Kapitel 2.2 wird ein Perspektivenwechsel vorgenommen. Der komplexe Alltag in Familienhaushalten soll dahingehend analysiert werden, inwieweit die formulierten Handlungsempfehlungen die Haushalte erreichen und unter welchen Voraussetzungen diese umgesetzt werden. Eine grundsätzliche Bereitschaft zur Umsetzung nachhaltiger Ernährungsweisen ist durch die Auswahl der befragten Haushalte gegeben.

### 2.2 Ernährung als Handlungsfeld im Familienhaushalt

Für eine nachhaltige Gestaltung der Ernährungsweise sind auch die Verbraucher, die privaten Haushalte gefragt. Ausgehend von den im Kapitel 2.1 vorgestellten Studien zur Nachhaltigkeit und Ernährung wird eine lange Liste mit Handlungsempfehlungen an die Verbraucher weitergereicht. Ihnen wird für das Gelingen einer Nachhaltigkeitswende im Bereich der Ernährung eine Schlüsselposition zugesprochen (JUNGBLUTH 1999:1; BUND/MISEREOR 1996). Daher stellt sich die Frage, wie die Thematik nachhaltiger Ernährung aus Sicht der Verbraucher wahrgenommen wird. Mit dem Perspektivenwechsel soll deutlich gemacht werden, welche Aspekte auf der Handlungsebene relevant und machbar erscheinen. Eine genaue Analyse der wahrgenommenen Handlungsmöglichkeiten soll auch Aufschlüsse über die Hintergründe dieser Wahrnehmung liefern. Die Chancen und Grenzen für eine nachhaltige Veränderung der Ernährungsweisen von privaten Haushalten stehen im Mittelpunkt von Kapitel 2.2 und 3. Welche Handlungsspielräume haben private Haushalte und im Besonderen Familienhaushalte? Wie werden die Handlungsempfehlungen für nachhaltige Ernährungsweisen von Seiten der Haushalte wahrgenommen und umgesetzt?

Die Ernährungsversorgung der Haushaltsmitglieder ist haushälterisches Handeln, Ernährung bzw. Beköstigung ist ein zentraler Handlungsbereich im Haushalt (KUTSCH 1997:301; v. SCHWEITZER 1991:166). Ein Einblick in Funktionsweise und Handlungsprinzipien von Haushalten ist somit Voraussetzung, um die Ernährungsweise in Familien erfassen zu können. Für eine umfassende Annäherung und ein tiefes Verständnis des Handlungsfeldes einer nachhaltigen Ernährung im Familienhaushalt befasst sich dieses Kapitel mit drei Schwerpunkten und ihrer Verknüpfung:

1. *Die Verbraucher/ die privaten Haushalte:* Wer/was verbirgt sich dahinter und wie funktionieren Haushalte? Wie sieht dies im speziellen Fall des Familienhaushaltes aus? Welchen Handlungskontext bietet er für nachhaltige Ernährungsweisen? Dieser Schwerpunkt stützt sich in erster Linie auf haushaltswissenschaftliche Erkenntnisse, bezieht aber auch Aspekte aus dem Bereich der Konsumforschung ein.
2. *Ernährung als komplexes Handlungsfeld:* Welche Besonderheiten bringt dieser Handlungsbereich mit sich? Wie entsteht eine Ernährungsweise? In diesem Abschnitt stehen ernährungssoziologische Erkenntnisse im Vordergrund.

3. *Umsetzung nachhaltiger Ernährungsweisen im Familienhaushalt:* Wie werden aktuell nachhaltige Ernährungsweisen von privaten Haushalten praktiziert? Welche Tendenzen sind hier zu erkennen? Zur Beantwortung dieser Frage werden Daten und Erkenntnisse sowohl der Nachhaltigkeits- als auch der Ernährungsforschung ausgewertet.

### **2.2.1 Der Familienhaushalt: Lebensraum und Handlungskontext**

#### **2.2.1.1 Private Haushalte = Verbraucher = private Haushalte?**

##### PRIVATE HAUSHALTE AUS ÖKONOMISCHER PERSPEKTIVE

Wer sind *die Verbraucher*, wer verbirgt sich hinter diesem Begriff? Und sind *Verbraucher* und *private Haushalte* das Gleiche? Als *Verbraucher* oder *Konsumenten*<sup>18</sup> werden Menschen und private Haushalte in ihrer Rolle als Abnehmer von Marktgütern bezeichnet (SCHERHORN 2001:1667). In einer Konsumgesellschaft<sup>19</sup> zählen letztlich alle – vom Rentner bis zur Ministerin, vom Kindergartenkind bis zum Aufsichtsratsvorsitzenden – zu dieser Gruppe.<sup>20</sup> Denn jede und jeder verbraucht Güter (Waren oder Dienstleistungen) zur unmittelbaren oder mittelbaren Befriedigung menschlicher Bedürfnisse – entsprechend der Definition für *Verbrauch* in Gablers Wirtschaftslexikon (ALISCH/WINTER/ARENTZEN 2000:3225). Dieses ist jeweils verankert im privaten Bereich – im privaten Haushalt. Nahezu jeder Mensch lebt in einem Haushalt, sein Leben lang.

---

<sup>18</sup> Die Begriffe *Verbrauch/Konsum* bzw. *Verbraucher/Konsumenten* werden in der Umgangssprache wie auch in der Literatur häufig synonym verwendet. Auch Lexika geben keinen Hinweis auf einen Bedeutungsunterschied dieser Begriffe. Etymologisch betrachtet ist *Verbrauch* die Übersetzung des Begriffs *Konsum*, der zurückgeht auf das lateinische *consumere*: verbrauchen (DUDEN 1997:375). Im angelsächsischen Raum wird mit dem Begriff *consumer* gearbeitet. Es lassen sich in der deutschsprachigen Literatur jedoch Tendenzen eines differierenden Einsatzes erkennen. So wird aus der Makroperspektive eher der Begriff *Verbraucher*, aus Sicht der individuellen Handlungsebene häufiger der Begriff *Konsumenten* benutzt. Daher wird der Begriff *Konsumenten* überwiegend im Bereich des Marketings und der Marktforschung verwendet, der Begriff *Verbraucher* ist im verbraucherpolitischen Bereich üblich.

<sup>19</sup> „Konsumgesellschaft ist die Bezeichnung für eine Gesellschaft, in der ein sehr großer Teil aller Lebensvollzüge durch Konsum [...] vermittelt wird. [...] menschliche Tätigkeiten werden mit wirtschaftlichen Gütern besetzt, menschliche Beziehungen werden auf wirtschaftliche Transaktionen reduziert.“ (HONECKER/DAHLHAUS et al. 2001:894)

<sup>20</sup> Die Rolle als Verbraucher haben die privaten Haushalte erst mit der Entstehung der Konsumgesellschaft bzw. in Deutschland erst seit der Zeit nach dem zweiten Weltkrieg inne. Es entwickelte sich die historisch neue Situation von Massenproduktion, wirtschaftlichem Wachstum und steigendem Masseneinkommen. In den hoch industrialisierten Ländern wurde nahezu die gesamte Bevölkerung in die monetäre Wirtschaft einbezogen, der allgemeine Wohlstand nahm zu und die zur freien Disposition zur Verfügung stehenden Geldbeträge stiegen in allen Bevölkerungsschichten (HANSEN/SCHRADER 1999:449).

Wenn in den Studien zu nachhaltiger Ernährung die Verbraucher angesprochen werden, sind damit alle gemeint, die für den privaten Gebrauch einkaufen, die sich versorgen. Die Begriffe *Verbraucher* und *privater Haushalt* werden in diesem Zusammenhang häufig synonym verwendet. Dieses Verständnis stimmt mit der wirtschaftswissenschaftlichen Sicht überein. Privathaushalte sind – mit wenigen Ausnahmen – nur als *Verbraucher* in der Wirtschaftstheorie präsent (MEIER/V. SCHWEITZER 1999:492). In der volkswirtschaftlichen Darstellung des Wirtschaftskreislaufs erscheinen die privaten Haushalte als die Institution, die dem Markt Güter für den Endverbrauch entnimmt und Arbeitskraft zur Verfügung stellt (NEUBAUER 1993:195). Der Konsum trägt dabei nicht zum Wertschöpfungsprozess bei.

„Die mikroökonomische Haushalts-, Konsum- oder Nachfragetheorie ist auf eine subjektive Nutzenmaximierung der als ‚Konsument und Verbraucher‘ personifizierten Institution ‚Privat- und Familienhaushalt‘ bei der Nachfrage nach Marktgütern orientiert. Private Haushalte werden zu Konsum- oder noch genauer zu Verbrauchseinheiten, die die produzierten Waren und Dienstleistungen verbrauchen und somit vernichten.“ (MEIER 2001:695)

Nach dem Marktentnahmekonzept der Volkswirtschaftslehre ist der entscheidende Moment des Konsums der, wenn die Produkte in den Besitz der Verbraucher übergehen, also wenn die Waren auf dem Laufband oder Tresen liegen und bezahlt werden. Das Interesse der ökonomischen Betrachtung ist also nicht auf die eigentliche Konsumtion, sondern in erster Linie auf die Bereitstellung der Konsumgüter gerichtet. (PIORKOWSKY 2000:189).

### KONSUM AUS HAUSHALTSWISSENSCHAFTLICHER PERSPEKTIVE

Aus Sicht der privaten Haushalte stellt der Verbrauch – also das Kaufen von Waren und Dienstleistungen – zwar gerade in Konsumgesellschaften einen wichtigen Aktivitätsbereich im Kontext des Haushalte(n)s dar, jedoch ist der Verbrauch nicht mit dem Haushalten gleichzusetzen. Verbrauch oder Konsum ist keine Funktion oder gar Daseinszweck der Haushalte, sondern – wie auch in der oben genannten Definition zugrunde gelegt – eine Basis der Daseinsfürsorge für die Haushaltsmitglieder (MEIER/V. SCHWEITZER 1999:486). Konsum dient der Regeneration der Haushaltsmitglieder, ist also immer auch Produktion, „schöpferische Zerstörung“ (SCHUMPETER zitiert nach PIORKOWSKY 2000:201). Der Privathaushalt ist die primäre wirtschaftliche Organisationsform der Menschen und damit die Grundlage von Wirtschaft, Gesellschaft und Kultur. In haushaltsökonomischem Sinn

„[...] dient der Konsum der Erhaltung und Entwicklung der Vital- und Sozialfunktionen der Haushaltsmitglieder und damit auch größerer sozioökonomischer Systeme. Insofern handelt es sich um biologisch-organische Produktion, die sich letztlich in Humanvermögen niederschlägt.“ (PIORKOWSKY 2000:203)

Die dem Markt entnommenen Güter wie zum Beispiel Kartoffeln, Shampoo oder eine Waschmaschine sind für den Haushalt lediglich Produktionsfaktoren, die dazu eingesetzt werden, die Bedürfnisse der Haushaltsmitglieder zu befriedigen. In der Form, wie die Güter dem Markt entnommen werden, eignen sie sich meist nicht zum direkten Verbrauch, sondern werden unter Einsatz von Zeit, Arbeit und Wissen in Zwischenprodukte, wie zum Beispiel eine Mahlzeit, umgewandelt. Es werden nicht die auf dem Markt beschafften Güter, sondern die spezifischen Haushaltsendprodukte konsumiert (PIORKOWSKY 2000:196).

„Der Haushalt umgreift also als Einheit zwei gedanklich scharf zu trennende, doch in der Wirklichkeit eng verzahnte Teile: die ‚Hauswirtschaft‘ als Produktion – und zwar als letzte ‚Produktion der Volkswirtschaft‘ – und den Konsum der im Haushalt Lebenden.“ (v. REICHENAU 1979:32)

An dieser Stelle ist auch die Gestaltungsmöglichkeit und -funktion der privaten Haushalte zu betonen: dieselben Konsumgüter werden in verschiedenen Haushalten zu unterschiedlichen Zwischenprodukten verarbeitet. Haushaltswissenschaftlerinnen und Haushaltswissenschaftler haben seit den Anfängen der Disziplin darauf hingewiesen, dass die verkürzte Wahrnehmung des Haushalts als Stätte des Konsums in der Ökonomie zu eng ist und die gesellschaftliche Bedeutung der Institution nicht erfassen kann (RICHARZ 1991:262ff.). Es wird immer nur ein Teil der wirtschaftlichen Aktivitäten der Haushalte dargestellt, private Haushalte werden in der mikroökonomischen Haushaltstheorie<sup>21</sup> zu Konsumeinheiten. Die zentralen, von den Haushalten erbrachten Leistungen zur Wohlfahrtsproduktion der Gesellschaft werden nicht erfasst, da sie im heutigen Verständnis keine ökonomischen sind.

„Die in privaten Haushalten geleistete Alltagsarbeit in ihrer grundlegenden ökonomischen Bedeutung zu analysieren, gerät gar nicht erst ins Blickfeld der gängigen nationalökonomischen Theorien.“ (MEIER 2001:695)

„Für die mikroökonomische Theorie ist das Funktionieren der Märkte und die Nachfrage, aber nicht mehr der Systemzusammenhang der privaten Haushalte als Institutionen der Daseinsvorsorge und Wohlfahrtsproduzenten mit deren wertorientierten Voraussetzungen und Folgen von Interesse.“ (MEIER/V. SCHWEITZER 1999:491)

Die Wirtschaftsgeschichte zeigt, dass die Haushalte vor der Industrialisierung die zentralen Orte des Wirtschaftens, die „ursprünglichen Betriebe“ waren. Erst mit der Trennung von Produktion (bezahlte Erwerbsarbeit) und Reproduktion (nicht bezahlte Fürsorgearbeit) geriet die in erster Linie von Frauen geleistete Arbeit im Haushalt aus

---

<sup>21</sup> Bei der mikroökonomischen Haushaltstheorie handelt es sich im Kern um eine Rationaltheorie der Nachfrage. Diese betrachtet die privaten Haushalte als die Entscheidungs- und Verwendungseinheiten eines oder mehrerer Einkommen (v. SCHWEITZER 1991:69).

dem Blickfeld der ökonomischen Betrachtung.<sup>22</sup> Nach wie vor war sie jedoch von Bedeutung für das Funktionieren der Gesellschaft.

„Da die ‚Liebesmüh‘ der Frauen in die Privatsphäre verbannt war, schien sie von geringer Bedeutung zu sein, erlangte aber dennoch die gleiche Bedeutung für den Produktivismus wie die Autonomie der Arbeit selbst. Der Produktivismus – diese ‚industria‘, die den Reichtum der Nationen schuf – setzt eine ‚Schattenwirtschaft‘ voraus, in der rein ökonomische Werte im Grunde geringgeschätzt und abgelehnt wurden.“ (GIDDENS 1997:239)

Aber auch heute ist Haushaltsproduktion die letzte Stufe wirtschaftlichen Handelns und dient direkt der Daseinsvorsorge für alle Haushaltsmitglieder. Im Mittelpunkt stehen die Menschen mit ihren Bedürfnissen. Es werden – in der Regel von Frauen – Versorgungs-, Pflege- und Erziehungsleistungen erbracht. Ein wesentliches Merkmal der Haushaltsproduktion ist dabei, dass sie auf Dauerhaftigkeit angelegt ist (v. SCHWEITZER 1991:101f.).

„Private Haushalte sind daher soziale, für jeden Menschen lebenslang lebensnotwendige Handlungssysteme von elementarer gesellschaftlicher Bedeutsamkeit, da sie das Humanvermögen heranbilden, es versorgen, pflegen, betreuen, erziehen, und zwar unabhängig vom Marktwert desselben.“ (MEIER/V. SCHWEITZER 1999:493)

Mit der Bildung des Humanvermögens tragen die privaten Haushalte maßgeblich zur gesellschaftlichen Wohlfahrtsproduktion bei. Und schon SILBERKUHL-SCHULTE, eine der Pionierinnen der deutschen Haushaltswissenschaft, stellt heraus, dass der Haushalt durchaus auch Stätte produktiven Konsums ist und ein marktfähiges Gut produziert – nämlich die menschliche Arbeitskraft (RICHARZ 1991:269).

„Haushalte sind Produzenten bzw. Produktionsstätten von Humanvermögen, weil Menschen sich hier regenerieren, sich entwickeln, die nächste Generation großziehen und so das Humanvermögen der Gesellschaft gewährleisten.“ (METHFESSEL/SCHLEGEL-MATTHIES 2003:9)

Die Hauswirtschaften sind also die „Produktionsabteilungen“ der Privathaushalte (MEIER/V. SCHWEITZER 1999:492f). So ist das, was aus wirtschaftswissenschaftlicher Sicht als Konsum bezeichnet wird aus der Perspektive des privaten Haushalts lediglich ein Bereich haushälterischen Handelns – wenn auch kein unbedeutender, wie im folgenden Abschnitt dargestellt wird.

---

<sup>22</sup> Im Zuge der Industrialisierung kam es zu einem Umbruch im ökonomischen Denken. Die Nationalökonomie konzentrierte sich auf die erwerbswirtschaftliche Produktion und den Markt. Es vollzog sich ein Bruch mit den bisherigen wirtschaftlichen Vorstellungen, in denen der Haushalt im Mittelpunkt stand. Dieser wird in der Logik des veränderten ökonomischen Denkens zur Stätte des Konsums. Ein Beispiel findet sich beim Nationalökonom Lorenz von Stein (1815-1890). Danach kommt dem Mann die produktive Tätigkeit außerhalb des Hauses, der Frau die konsumtive oder reproduktive Tätigkeit im Haus als ihrem eigentlichen Reich zu, an dessen Schwelle sie dem Mann die Stirn glättet. Ihre Tätigkeit stellt jedoch keine Arbeit dar (RICHARZ 2001:23ff.).

## 2.2 Ernährung als Handlungsfeld im Familienhaushalt

---

Der private Haushalt ist der entscheidende Handlungskontext für die Verbraucher – also auch für das Ernährungsverhalten. Der Haushalt ist die Basisstation für die Alltagsversorgung aller Menschen.

„In ihnen, ausgehend von ihnen und in letzter Instanz auch wieder für sie wird Alltag organisiert, gestaltet und gesichert.“ (METHFESSEL/SCHLEGEL-MATTHIES 2003:9)

Die konkrete Lebensführung von und für Menschen ist Ausgangs- und Zielpunkt wirtschaftlichen Handelns. Der Haushalt ist „existenzielle Lebenssphäre“ für das Wirtschaftssubjekt Verbraucher (METHFESSEL/SCHLEGEL-MATTHIES 2003:9; KOLLMANN 2001:1), das heißt sowohl Voraussetzung als in vielen Fällen auch Bestimmungsort des Konsums im Sinne der Teilnahme am Markt. Die Rolle und das Verhalten der Verbraucher ist ohne den Privathaushalt als soziales Handlungssystem (MEIER 2001:895) nicht zu beschreiben.

„[...] die Definition des Konsums als Forschungsbereich sollte folgerichtig vom Haushalt als der Institution bestimmt sein, in der sich der Konsum als Verhaltensweise vollzieht und für die der Konsum als Gütermenge produziert wird.“ (SCHERHORN 1977:194)

Der Konsum ist daher immer im Kontext des Handlungssystems Privathaushalt zu betrachten und bedeutet

„[...] nicht nur die bloße wirtschaftliche Nachfrage nach Gütern und Dienstleistungen die, wie aus ökonomischer Sicht, destruktiv nur auf den Verbrauch oder Abnutzung von Gütern gerichtet ist. [...] Konsum ist ein dynamischer, mehrphasiger Prozess, der mit der Bedürfnisgenese beginnt, Aktivitäten der Informationsgewinnung und Entscheidungsfindung umfasst, sich über die Nutzung bzw. den Verbrauch von Gütern erstreckt und mit der Entsorgung endet.“ (SCHNEIDER 2000:11f.)

Damit ist der Konsum nicht nur ökonomisches, sondern auch soziales Handeln.

Die Erkenntnis über die Prozesshaftigkeit und das Eingebundensein von Konsum in den Haushaltskontext ist eine wesentliche Voraussetzung für die Annäherung an den Konsumbereich *Ernährung im Familienhaushalt*. Im Kapitel 2.2.1.2 stehen daher die Aufgaben und die Funktionsweise von privaten Haushalten – speziell den Familienhaushalten – im Mittelpunkt.

Die weiter oben beschriebene verkürzte ökonomische Sichtweise auf die privaten Haushalte als Konsumenten bringt zwei grundsätzliche Probleme mit sich, die auch für die Umsetzung nachhaltiger Ernährungsweisen von Bedeutung sind. Zum einen führt das ökonomische Verständnis vom privaten Haushalt als einer nicht-produzierenden Einheit dazu, dass die – überwiegend von Frauen – unbezahlt geleisteten Arbeiten gesellschaftlich nicht entsprechend wahrgenommen und anerkannt werden. In der gesellschaftlichen Entwicklung der letzten Jahrzehnte hat dies dazu geführt, dass die Alltagsarbeiten zunehmend als unbedeutend und als Arbeitsfeld unattraktiv geworden sind (MEIER 2003a:38f.; ausführlicher dazu Kap.2.2.1.2). Institutionell zeigt sich die

mangelnde Wertschätzung unter anderem in dem geringen Stellenwert häuslicher Bildung in allgemeinbildenden Schulen. Der Mangel an Alltags- und Ernährungskompetenzen wird für die aktuellen gesellschaftlichen Ernährungsprobleme mit verantwortlich gemacht (THIELE-WITTIG 2002:5).

Zum anderen ergibt sich ein weiteres Problem durch das volkswirtschaftliche Kräfteverhältnis zwischen den Unternehmen und den privaten Haushalten in der marktwirtschaftlichen Ordnung. MERTENS beschreibt die strukturelle Schwäche der Verbraucherposition gegenüber der Produzentenmacht. Die Gründe dafür sieht er darin, dass die Konsumenten

„[...] gegenüber einer relativ geringen Anzahl gut organisierter Anbieter eine atomisierte Vielheit bilden, die sich nur schwerlich zusammenschließen kann.“ (MERTENS 1999:459)

Außerdem können die Anbieter aktiv gestalten, während die Verbraucher nur reaktiv handeln (MERTENS 1999:459). Für die Umsetzung nachhaltiger Ernährungsweisen bzw. eines ethisch verantwortlichen Konsumverhaltens ergibt sich die Frage der Handelnden nach ihrer gesellschaftlichen Gestaltungsmacht. MEIER und v. SCHWEITZER geben zu bedenken, dass innerhalb eines wachstumsfixierten Wirtschaftsmodells ein anempfohlener Konsumverzicht von privaten Haushalten zu kurz greift (EBD. 1999:503).

### 2.2.1.2 Aufgaben und Funktionsweise eines Familienhaushaltes

Durch die zunehmende Pluralität der Lebensformen in den letzten Jahrzehnten sind viele verschiedene Haushaltsformen entstanden. Der Anteil der *klassischen* Familienhaushalte (Vater-Mutter-Kind/er), früher sozusagen der Prototyp des privaten Haushalts, ist zurückgegangen. Es gibt eine zunehmende Anzahl von Ein- und Zweipersonenhaushalten oder andere Haushaltsformen wie Wohngemeinschaften oder Ein-Eltern-Familien (SCHLEGEL-MATTHIES 1998:157ff.). Im Jahr 2005 waren Einpersonenhaushalte mit 38 % die häufigste Haushaltsform, 1991 lag der Anteil bei 33 %. Zweipersonenhaushalte hatten 2005 einen Anteil von 34 % im Vergleich zu 31 % in 1991. Der Anteil der Haushalte, in denen drei oder mehr Personen leben, sind in dieser Zeit von 35 % auf 28 % zurückgegangen (STATISTISCHES BUNDESAMT 2006a:13f.).

Die Aufgaben der privaten Haushalte sind die Lebenserhaltung und die Persönlichkeitsentfaltung der Haushaltsmitglieder sowie die Entwicklung einer „Kultur des Zusammenlebens“ (v.SCHWEITZER 1991:134).<sup>23</sup> Daher sind private Haushalte und

---

<sup>23</sup> Neben den Aufgaben auf der individuellen Ebene erfüllen private Haushalte wichtige gesellschaftliche Funktionen. Als Teil des Gesamtsystems Wirtschaft haben sie eine ökonomische



besonders Familienhaushalte mehr als nur eine Wohn- und Wirtschaftseinheit, sie bilden einen Lebenszusammenhang, der eine Arbeits- und Aufgabenteilung und gemeinsame Muster der Zeitverwendung umfasst (GLATZER 1994:239). In Abstimmung mit den Bedürfnissen und Lebensentwürfen aller Familienmitglieder werden im Haushalt wegweisende Entscheidungen getroffen über die Lebens- und Familienform, über die Verwendung des Einkommens, auch über die Ernährungsweise und soweit beeinflussbar auch über die Art der Einkommenserzielung.

„Haushalten erfordert die Abstimmung zwischen den Wünschen, Ansprüchen und Bedürfnissen der einzelnen Haushaltsmitglieder und den Ressourcen des Haushalts. Je größer aufgrund der sozial-ökonomischen Situation des Haushalts in der Gesellschaft der Spielraum für Entscheidungen wird, je mehr Alternativen sich anbieten, um so schwieriger wird ihr Abwägen im Hinblick auf Auswirkungen, z.B. für die Arbeitsorganisation des Haushalts, das Zusammenleben, Zielvorstellungen der Haushaltsmitglieder und des Haushaltens.“ (RICHARZ 1982:37)

Die Bedürfnisse der im Haushalt lebenden Menschen sind entscheidend für die Gestaltung. Ein Haushalt, in dem Kinder oder pflegebedürftige Menschen versorgt werden, stellt bestimmte Anforderungen an die Haushaltsorganisation und bedarf anderer Mittel und Ressourcen als ein Einpersonenhaushalt. Da der Haushalt ein soziales System ist (v. SCHWEITZER 1991:138), ist haushälterisches Handeln immer auch soziales Handeln.<sup>24</sup> Zwischen den Haushaltsmitgliedern bestehen relativ enge soziale Beziehungen mit aufeinander bezogenen sozialen Rollen.

„Haushalten kann man geradezu als idealtypisches Beispiel für soziales Handeln betrachten, wobei soziales Handeln hier in einem relativ dauerhaften Interaktionszusammenhang bzw. in einer ‚sozialen Beziehung‘ erfolgt. Am modernen Begriff der ‚Beziehungsarbeit‘ wird deutlich, daß die Sozialbeziehungen in Familie und Haushalt eine Gestaltungs- und Arbeitsaufgabe darstellen.“ (GLATZER 1994:240)

Die Entwicklung einer „Kultur des Zusammenlebens“ nennt v. SCHWEITZER eine wesentliche Aufgabe des Privathaushalts. So ist die Gestaltung der haushälterischen Alltagsaufgaben immer auch eine soziale Arbeit.

„Als individuelle Aktivität muss Lebensführung [...] abgestimmt und verschränkt werden mit den Aktivitäten derer, mit denen man den Alltag teilt. Daher zählen nicht nur Aufgaben, die selbst erledigt werden, Lebensführung umfasst auch Formen der Delegation, der Kooperation und der Übernahmen von Aufgaben für andere.“ (DIEZINGER 2004:205)

---

Funktion inne. Die generative Funktion ergibt sich durch das Versorgen und Erziehen der nächsten Generation, regenerative Funktion übernehmen Haushalte, in dem sie durch Versorgung und Pflege sämtliche Haushaltsmitglieder für das gesellschaftliche Leben „stark“ machen. Nicht zuletzt ist die Sozialisationsfunktion von Bedeutung, durch die sozialrelevante Verhaltensweisen entwickelt und weitergetragen werden (v.SCHWEITZER 1991:223f.).

<sup>24</sup> Soziales Handeln bedeutet in diesem Kontext nicht karitatives, fürsorgliches Handeln, sondern Handeln, dass sich am Verhalten anderer Personen orientiert und welches durch Beziehungen mit anderen Personen beeinflusst wird (KUTSCH 1997:185; GLATZER 1994:240).

Es bedarf der Abstimmung zwischen den Haushaltsmitgliedern, wie die zur Verfügung stehenden Mittel eingesetzt werden und wie auf die unterschiedlichen Bedürfnisse der Einzelnen eingegangen werden kann. Gerade in Familienhaushalten, die unter anderem dadurch charakterisiert werden können, dass verschiedene Geschlechter und Generationen zusammenleben, sind für die Entscheidungsfindung Aushandlungsprozesse notwendig (siehe Kap. 2.2.3.2).

Familienhaushalte werden in erster Linie geprägt durch die Personen, die in ihnen leben. Ihre Persönlichkeit, Wert- und Zielvorstellungen sowie Lebenseinstellungen prägen die Haushaltsentscheidungen ganz wesentlich. Weitere wichtige Einflussfaktoren sind die Ressourcen, auf die die Haushaltsmitglieder zurückgreifen können, z. B. Bildung und Wissen, finanzielle und materielle Mittel sowie verfügbare Zeit. Für eine gelungene gemeinsame Haushaltsführung ist auch soziale Kompetenz eine Ressource, die das Haushalten entscheidend beeinflusst. Die personale Prägung führt auch dazu, dass die Wirklichkeit des Alltagsgeschehens und der Daseinsvorsorge für jede Person/jede Familie anders aussieht – sie ist einmalig und unverwechselbar personal bestimmt (v. SCHWEITZER 1991:127).<sup>25</sup>

### STRUKTUR UND UMWELTVERKNÜPFUNGEN DES HANDLUNGSSYSTEMS PRIVATHAUSHALT

Die Funktionsweise und die Einflussfaktoren auf haushälterisches Handeln beschreibt v. SCHWEITZER in systemtheoretischer Herangehensweise mit Hilfe des „haushälterischen Dreiecks“.

„Dieses ‚haushälterische Dreiecksverhältnis‘ ist jeder – auch der kleinsten – haushälterischen Handlungssequenz zu eigen. Jeder haushälterischen Handlung liegt eine Sinnsetzung zugrunde, die Ansprüche bzw. Erwartungen an sie enthält. Jede bedarf eines Mitteleinsatzes, und jede hat zumindest eine Alternative, nämlich die, die Handlung selbst zu unterlassen“ (v. SCHWEITZER 1991:137).

---

<sup>25</sup> Haushalte sind komplexe soziale Systeme. Wissenschaft kann die Wirklichkeit stets nur in Stufen zunehmender Abstraktion abbilden. Die Wirklichkeit des Alltagsgeschehens in der privaten Daseinsvorsorge jedes Menschen oder jeder familialen Gruppe ist einmalig und unverwechselbar personal bestimmt. Die Wahrheit an sich kann Wissenschaft nie erreichen, sie wird nur mehr oder minder auf der Spur bleiben können. Wissen ist stets nur Teilwissen, Halbwissen und theoretische Modelle arbeiten immer mit einer Reduktion von Komplexität (v. SCHWEITZER 1991:127ff.; FEGEBANK 1994:35f.).

ABB. 1: DAS HAUSHÄLTERISCHE DREIECK



(V. SCHWEITZER 1991:138)

„Jede Handlung hat einen Handlungsspielraum innerhalb und außerhalb des Haushaltssystems. Die haushälterischen Entscheidungen und Handlungen sind somit immer nur im haushälterischen »Dreieckssystem« und seinen Umfeldebene beschreib- und erklärbar. Sie ergeben sich aus dem Zusammenspiel von Wertorientierung, Ressourcen und Handlungsspielraum.“ (V. SCHWEITZER 1991:165f.)

**Lebenseinstellung:** Jede haushälterische Handlung verlangt eine Stellungnahme bzw. Lebenseinstellung zu dieser Handlung. Sie liegt in personaler Verantwortung und bedarf einer Sinnsetzung, einer Begründung für diese Handlung. An dieser Spitze des Dreiecks sind die Wert- und Zielvorstellung für haushälterisches Handeln verortet. In einem Familienhaushalt sind dies die Wert- und Zielvorstellungen aller Haushaltmitglieder, die in einem Aushandlungsprozess dann die Linie, das Leitbild für das haushälterische Handeln vorgeben.

**Ressourcen:** Eine weitere Voraussetzung für die Erfüllung der Haushaltsaufgaben sind die verfügbaren Ressourcen. Dazu gehören zum einen materielle Ressourcen wie die Haushaltsausstattung oder finanzielle Mittel, aber auch erworbene Fähigkeiten wie z. B. die formale Bildung, praktisches Wissen, soziale und haushälterische Kompetenzen. Da die Grundlagen für Bildung der persönlichen Ressourcen im Abstammungshaushalt gelegt werden, kann hier eine Verbindungslinie zu den jeweiligen Herkunftsfamilien der Eltern gezogen werden.

*Handlungsalternativen:* In Verbindung mit den Ressourcen und Lebenseinstellungen ergeben sich verschiedene Handlungsalternativen für haushälterisches Handeln, die durch entsprechende Handlungsspielräume vorgegeben sind. Diese beziehen sich zum einen auf die gesellschaftlichen Rahmenbedingungen wie z. B. den kulturellen Kontext für das haushälterische Handeln oder die Infrastruktur, die durch den Wohnort vorgegeben ist. Die wahrgenommenen Handlungsalternativen werden jedoch ebenfalls durch persönliche Faktoren wie Alter und Geschlecht beeinflusst (v. SCHWEITZER 1991:162).

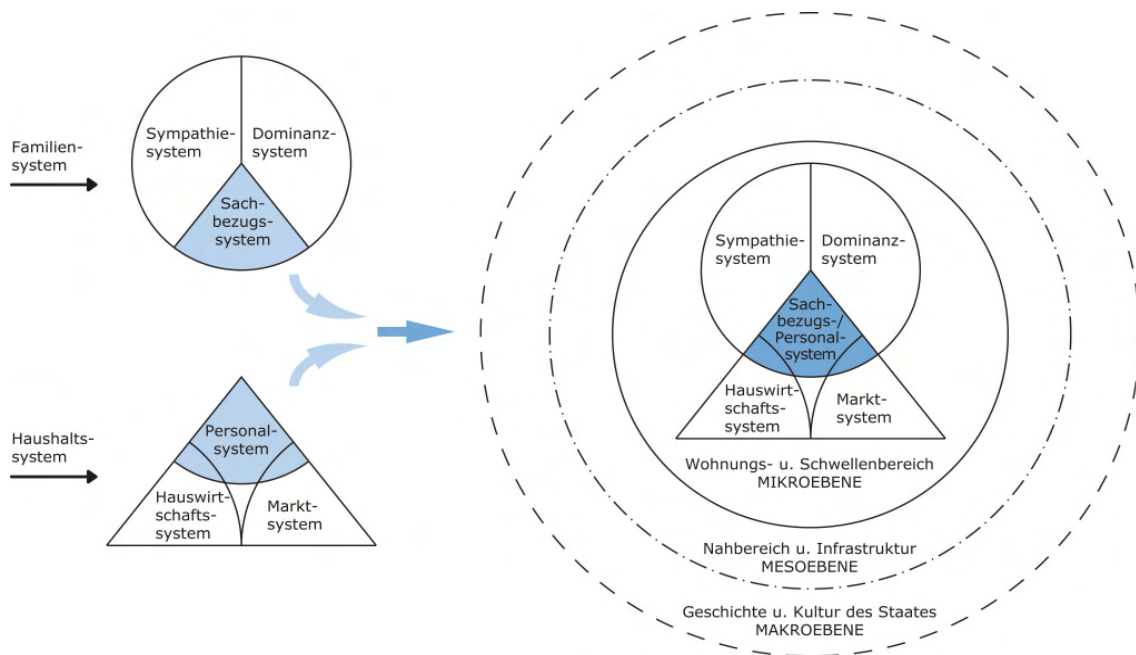
Mit dem haushälterischen Dreieck lässt sich auch die Vielfalt der vorzufindenden Haushaltstypen und Haushaltsstile erklären. Die an den drei Ecken wirkenden Einflussfaktoren sind in der Bandbreite aller Haushalte sehr unterschiedlich.

Die interne Struktur des Privathaushalts stellt v. SCHWEITZER im „Familienhaushaltssystem“ dar. Es setzt sich aus dem Haushaltssystem und dem Familiensystem zusammen. Vergleichbar mit einer betriebswirtschaftlichen Bewertung unterteilt v. SCHWEITZER das Haushaltssystem in drei Subsysteme: Das Personalsystem mit den Steuerungs- und Gestaltungsaufgaben, das Hauswirtschaftssystem als Arbeits- und Funktionsbereich und der marktwirtschaftliche Dispositionsbereich zur Sicherung der Vermögensbestände und Organisation von Arbeitsangeboten und Güternachfrage auf den Märkten und in Netzwerken. Das Familiensystem besteht aus dem Sachbezugssystem, welches deckungsgleich ist mit dem Personalsystem des Haushaltssystems sowie aus dem Sympathiesystem und dem Dominanzsystem. Die Verbindung der beiden zuletzt genannten Systeme zeigt deutlich, dass der Haushalt sowohl eine ökonomische wie auch eine soziale Ebene hat, die beide das haushälterische Handeln prägen und eng miteinander verwoben sind.

„Das familiäre Zusammenleben einerseits und das Zusammenwirtschaften andererseits sind nicht voneinander zu trennende Aktivitäten, wenn von familialen oder privaten Haushaltssystemen gesprochen wird.“ (v. Schweitzer 1991:143)

Diese Verknüpfung macht ebenso deutlich, dass haushälterisches Handeln niemals nur auf der rationalen Entscheidungsebene gesteuert wird, sondern immer auch emotionale und soziale Faktoren eine entscheidende Rolle spielen.

ABB. 2: FAMILIENHAUSHALTSSYSTEM MIT UMFELDEBENEN



(V. SCHWEITZER 1991:142)

Die externen Einflussfaktoren werden mit Hilfe der Umfeldebene dargestellt. Jeder Haushalt und die in ihm lebenden Menschen sind eingebunden in gesellschaftliche Bezüge, die wiederum Einfluss nehmen auf das haushälterische Handeln. Der Haushalt bzw. die Familie ist ein offenes System mit vielfältigen Verbindungen nach außen.

„Die Wechselwirkungen zwischen dem Haushalt und der restlichen Gesellschaft, zwischen Mikro- und Makroebene, die verschwimmenden, letztlich kaum existierenden Grenzen zwischen Privatheit und Öffentlichkeit bestimmen das Alltagsleben der Menschen in einer komplexen Gesellschaft und stellen sie vor viele Herausforderungen.“  
(METHFESSEL/SCHLEGEL-MATTHIES 2003:10)

Im Familienhaushaltssystem (Abb. 2) unterscheidet v. SCHWEITZER je nach der Nähe zum Haushalt folgende drei Einflussebenen:

- Die Mikroebene – der Wohn- und Schwellenbereich
- Die Mesoebene – der Nahbereich und die Infrastruktur
- Die Makroebene – Geschichte und Kultur

Die Einflüsse auf das haushälterische Handeln durch die umgebende Umwelt sind vielfältig und stehen in enger Wechselwirkung mit den internen Faktoren. So steht das soziale Umfeld, der Freundeskreis und die Nachbarschaft in Verbindung mit den Haushaltsentscheidungen; in Familienhaushalten spielt auch die Peergroup der Kinder eine nicht unwesentliche Rolle. Der Standort eines Haushaltes und damit die Infrastruktur sind bedeutend: Welche Kinderbetreuungsangebote stehen zur Verfügung, um Familie

und Berufstätigkeit miteinander zu vereinbaren? Welche Einkaufsmöglichkeiten gibt es? Wie weit ist der Weg zum Arbeitsplatz, zur Schule oder zum Kindergarten? Gibt es öffentliche Verkehrsmittel, Fahrradwege?

Am wenigsten bewusst und unmittelbar durch die Haushalte beeinflussbar, aber ausgesprochen prägend für die Gestaltung des Alltagslebens ist die Einbindung in das jeweilige gesellschaftliche Milieu mit seinen spezifischen Regeln, Einstellungsmustern, Werten und Normen sowie mit übergeordneten kulturellen Einflüssen. Verschiedene Gesellschaften haben jeweils ihre besondere Form des Haushaltens hervorgebracht.<sup>26</sup> So wird zum Beispiel in Konsumgesellschaften dem Konsum eine herausragende Bedeutung beigemessen. Ein charakteristisches Merkmal der Konsumgesellschaft ist

„[...] die Existenz des Konsumenten als individuelle Rolle und als soziale Kategorie. Als soziale Kategorie wird der Konsument durch darauf spezialisierte soziale Systeme geschützt, umworben, informiert, erforscht und beeinflusst. Durch das Individuum wird die Rolle des Konsumenten in die eigene Person integriert; sie prägt dessen Selbstverständnis und dessen Lebensgefühl.“ (SCHNEIDER 2000:11f.)

Durch die Auswahl von Konsumgütern wird eine soziale Positionierung getroffen. Der Konsum trägt zur Bildung, Erweiterung und Bewahrung der menschlichen Identität bei (FRIESE 1998:42). Auch die jeweilige Ernährungsweise entwickelt sich im Kontext dieser Gesellschaftsform und wird durch sie mit geprägt. Die Bedingungen und Regeln der Konsumgesellschaft sind als Handlungskontext für Haushaltsentscheidungen von großem Gewicht (siehe auch Kap. 2.2.3). Die Bedeutung der Umfeldebene wird im Kapitel 2.2.2.3 in Bezug auf die Ernährung konkreter beschrieben.

Aus den vorgestellten Systemen werden im kommenden Abschnitt folgende für die Fragestellung besonders relevante Aspekte eingehender behandelt:

- Leitbilder für haushälterisches Handeln
- Haushaltsstile
- Arbeitsteilungsmuster und Aushandlungsprozesse
- Routine und Komplexität der Alltagsarbeit

### LEITBILDER FÜR HAUSHÄLTERISCHES HANDELN

Die Richtung und der Charakter haushälterischen Handelns werden bestimmt durch Einstellungen und Wertorientierungen der Haushaltsmitglieder. Werte liefern individuelle

---

<sup>26</sup> Man kann aber durchaus von einer reziproken Beziehung sprechen – so haben unterschiedliche oder sich verändernde Haushaltsstile auch Rückwirkungen auf gesamtgesellschaftliche Prozesse und Entwicklungen (GLATZER 1994:237).

und kollektive Orientierungsfaktoren. Sie haben handlungsleitenden Charakter und werden dadurch zur Richtschnur und Leitlinie, an der Menschen ihr Verhalten ausrichten. Sie stellen die soziokulturelle Voraussetzung jeglichen Handelns dar (DUNCKER 1998:16f.; KORTE/SCHÄFERS 1992:31ff.).

Das Konzept einer nachhaltigen Ernährung, welches in den befragten Familien als Leitbild für das alltägliche Handeln zu Grunde gelegt wird, basiert ebenfalls auf entsprechenden Werten und Einstellungen. Ein „Leitbild ist im Unterschied zum konkreten Vorbild die Bezeichnung für Vorstellungen über Verhaltensideale von Menschen oder Menschengruppen“ (MEYERS LEXIKONREDAKTION 1992 Bd.13:72). Im Kontext dieser Arbeit ist der Begriff des Leitbildes auf der Haushaltsebene angesiedelt. Er bezeichnet das Orientierungsmuster des jeweiligen Haushalts. Die Haushaltsmitglieder entwickeln für sich eine Vorstellung davon, welche Ernährung unter Nachhaltigkeitsgesichtspunkten als wünschenswert, richtig und sinnvoll anzusehen ist (HAYN/EMPACHER 2004:16). Das Leitbild einer nachhaltigen Ernährung hat dabei einen normativen Charakter – man wird diesem zustimmen, wenn eine Übereinstimmung im Wertekanon vorliegt. Auf der Basis anderer Wertorientierungen werden sich jedoch andere Ernährungsleitbilder entwickeln. HAYN und EMPACHER weisen darauf hin, dass Leitbilder im Vergleich zu Normen und Werten tatsächlich Umsetzbares verbildlichen und insofern verhaltensrelevant und -orientiert sind. Allerdings werden sie weder unmittelbar noch vollständig in Verhalten umgesetzt. Es kann Visionen zukünftiger Zustände projizieren (HAYN/EMPACHER 2004:14f.). Auf Haushaltsebene betrachtet, leiten sich aus den Leitbildern qualitative Standards ab, nach denen die Haushaltsführung ausgerichtet wird.

Die Spitze des v. SCHWEITZERSchen Dreiecks, die Einstellung zum haushälterischen Handeln, bestimmt daher die Richtung der Haushaltsführung ganz entscheidend mit. Jeder Haushalt folgt einer Zielsetzung, die v. SCHWEITZER „Lebensstandard“ nennt:

„Die Lebensweisekonzepte oder auch Lebensstandards als Zielsysteme der Alltagsvorsorge regeln und gestalten den Ressourcenerwerb und Ressourceneinsatz entsprechend den vorhandenen und wahrgenommenen Handlungsspielräumen.“ (MEIER/V. SCHWEITZER 1999:493)

„Lebensstandards sind somit konkrete Leitbilder für das haushälterische Handeln mit klaren ‚Vorschriften‘ für die einzusetzenden Handlungsmuster.“ (V. SCHWEITZER 1991:169)

Diese dienen also quasi als *Bauzeichnung* für die Gestaltung der Daseinsvorsorge.

V. SCHWEITZER benennt drei verschiedene Lebensstandard-Konzepte. Zum einen den *statischen Lebensstandard*, welcher über Jahre unverändert und von haushälterischen Entscheidungen entlastet bleibt, da er zu Routine und gewohnheitsmäßigem Handeln führt. Das Leitbild für das Haushalten entspricht weitgehend dem Ist-Zustand. Beim *dynamischen Lebensstandard* werden die Anspruchsniveaus und Erwartungen an das

## 2.2 Ernährung als Handlungsfeld im Familienhaushalt

---

haushälterische Handeln zur Disposition gestellt. Orientierungspunkte sind außengesteuerte Leitbilder, beeinflusst durch gesellschaftliche Institutionen wie zum Beispiel Medien und Moden. Für diese Form des Leitbilds beschreibt sie einen Anpassungsdruck an Umfeldveränderungen. Es bedarf haushälterischer Bildung und der Fähigkeit zu selbstverantwortetem haushälterischem Handeln, damit die Aufgaben des Haushalts auch optimal erfüllt werden können.

Für eine sinnvolle Lenkung haushälterischen Handelns, welches auch die gesellschaftliche Verantwortung der alltäglichen Entscheidungen mit einbezieht, bedarf es anderer Leitbilder.

„Wir brauchen eine Darstellung und öffentliche Diskussion von Leitbildern für die persönlich zu gestaltenden Lebenskonzepte, die wissenschaftlich begründet, ökonomisch machbar, sozial akzeptiert und kulturell erwünscht sind und deren Folgewirkungen abschätzbar dargestellt werden. Solche **>prädikativen Lebensstandards<** (*Hervorhebung im Original*) [...] sollten ein differenziertes Angebot zur persönlichen Orientierung in der alltäglichen Daseinsvorsorge bereitstellen.“ (V. SCHWEITZER 1991:175)

Durch das Element der gesellschaftlichen Verantwortung und der Orientierung an dem Wissen um die Knappheit der natürlichen Ressourcen können nachhaltige Ernährungsweisen nach dem Konzept von V. SCHWEITZER auch als prädikative Lebensstandards bezeichnet werden.

„Prädikative Lebensstandards sind Konstrukte oder idealtypische Vorlagen für die Entwicklung von konkreten Lebensstandards für individuelle Lebenslagen und Lebensstile, die rational überprüft, haushälterisch machbar, sozial akzeptabel und kulturell erwünscht sind.“ (V. Schweitzer 1991:243)

Der prädikative Lebensstandard ist nicht als strenge Handlungsvorgabe, sondern als Orientierungshilfe für bestimmte Lebenssituationen zu verstehen (DIES.:242). Ebenso ist darauf hinzuweisen, dass es sich beim prädikativen Lebensstandard nicht um einen absolut wahren Wert handelt. Das Leitbild wird aufgrund der sich verändernden Lebensbedingungen und Erkenntnisse immer ein dynamisches Konstrukt sein (KETTSCHAU/METHFESSEL 1997:189f.).

Die in Kapitel 2.1.5 zusammengestellten Handlungsempfehlungen benennen die wissenschaftlich begründeten Maximen für nachhaltige Ernährungsweisen, beschreiben die aus dieser Perspektive schlüssige Vorstellung von der *richtigen* Ernährung. Verknüpft mit einer Analyse der aktuellen Situation, die nicht diesem Ideal entspricht, beschäftigen sich weitergehende Fragen damit, wie die Menschen/die Haushalte dazu gebracht werden können, diese Handlungsempfehlungen einzuhalten. Die Frage nach dem *richtigen* Haushalten ist dabei nicht neu und spielt nicht nur im Kontext der Diskussion um eine nachhaltige Entwicklung eine Rolle. Ihre Wurzeln liegen unter anderem in der Philosophie; sie ist eng verknüpft mit der Frage nach dem *rechten Leben* (KETTSCHAU/METHFESSEL 1997:184). Viel diskutiert, auch in den Haushaltswissenschaften, ist die Frage, ob eine



normative Zielvorgabe für haushälterisches Handeln überhaupt legitim sei. Aufgrund der Wechselwirkungen zwischen privaten Haushalten und der Gesellschaft sehen KETTSCHAU und METHFESSEL jedoch ein gesellschaftliches Interesse an der Bestimmung und Förderung einer verantwortlichen Haushaltsführung, welches durch ein differenziertes und transparentes System der Information, Beratung und Bildung transportiert wird (KETTSCHAU/METHFESSEL 1997:187).

### HAUSHALTSSTILE

Aus der Perspektive der Haushalte betrachtet, wird die Haushaltsführung austariert zwischen Sollen, Wollen und Können. Das *Sollen* wird durch von außen vorgegebene Normen und gesellschaftliche Leitbilder vorgegeben. Das *Wollen* beinhaltet die eigenen Werte, Einstellungen und Normen sowie Prioritätensetzungen. Nicht zuletzt steckt das *Können* die vorhandenen Ressourcen, die Handlungsmöglichkeiten ab. Haushälterisches Handeln

„[...] verlangt täglich neu [...] Anpassungsleistungen zwischen verfügbaren Ressourcen und wahrgenommenen Handlungsalternativen einerseits und dem Lebensstandard als unbewußt oder bewußt angestrebtes Zielsystem für die Daseinskultur und dem Lebensweisekonzept andererseits.“ (V. SCHWEITZER 1993:32)

All diese Aspekte sind integrale Bestandteile des jeweiligen Haushaltsstils, haben Einfluss auf die tatsächliche Alltagsgestaltung und sind von Bedeutung für Umsetzbarkeit eines gesetzten Leitbilds. Aufgrund dieser Verankerung ist ein entsprechender Haushaltsstil oder auch Ernährungsstil nicht einfach frei wählbar, kurzfristig veränderbar oder von außen vorzugeben.

„Haushälterisches Handeln, sowohl das operative alltägliche als auch die strategische Disposition, das auf Sicherung und/oder Entwicklung und Entfaltung eines Lebensweisekonzepts ausgerichtet ist, bedarf einer Zielkonzeption sowie Zieldefinitionen und -beschreibungen, die sich als messbar im Hinblick auf die „Kosten“ der dafür erforderlichen Aufwendungen erweisen und zugleich der sozialen ökonomischen Lage als auch dem Lebensstandard entsprechen“ (V. SCHWEITZER 1993: 35).

„Haushaltsstile sind typische Muster der Alltagsorganisation von privaten Haushalten zur Sicherung der Daseinsvorsorge. Sie werden einerseits bestimmt durch die verfügbaren Ressourcen eines Haushalts und andererseits durch die getroffenen Lebensplanungen seiner Mitglieder. Haushaltsstile werden von den persönlichen Wertorientierungen und von Geschlechter- und Generationenbeziehungen, aber auch von den Rahmenbedingungen des haushälterischen Umfelds maßgeblich beeinflusst. Haushaltsstile verändern sich entlang der Haushaltsbiografie. Haushaltsstile sind kollektive haushälterische Gestaltungsleistungen, der haushaltsinterne Aushandlungs- und Entscheidungsprozesse zwischen den Haushaltsmitgliedern vorausgehen, um ihre individuellen Bedürfnisse und Interessen, Wertvorstellungen und Lebensstilpräferenzen zu koordinieren (Mikroebene). Haushaltsstile bilden sich im Kontext milieuspezifischer Wahlmöglichkeiten und Zwänge (Mesoebene) und werden durch gesamtgesellschaftliche Strukturen (Makroebene) bestimmt“ (MEIER 2000:59).

ABB. 3: DETERMINANTENDREIECK HAUSHALTSSTIL



Die verhaltensbestimmenden Faktoren von Haushaltsstilen entsprechen weitgehend den Eckpunkten des haushälterischen Dreiecks, mit dem v. SCHWEITZER haushälterisches Handeln beschreibt. In Anlehnung an das sozialwissenschaftliche Konzept der Lebensstile<sup>27</sup> wird eine Differenzierung zwischen verschiedenen sozialen Gruppen möglich, die aufgrund von Sinnsetzungen und äußeren Rahmenbedingungen unterschiedliche Lebens- und Haushaltsstile entwickeln (MEIER 1997:268). Innerhalb von sozialen Gruppen bzw. Milieus sind ähnliche Überzeugungen und Verhaltensmuster zu beobachten – es bilden sich gruppenspezifische Formen der Alltagsorganisation heraus (SPELLERBERG 1996:57).

„Es ist ein *kollektives* Wissen von sozialen Gruppen, Lebenswelten und Milieus. Und dann gibt es auch – mehr oder weniger deutliche Unterschiede im typischen Wissen zwischen *Gruppen (Hervorhebungen im Original)*. Es sind Unterschiede nicht nur in dem, was die Menschen jeweils wissen, sondern – vor allem – was sie für wichtig, selbstverständlich und fragwürdig halten. [...] Und fragwürdig ist für die Mitglieder einer Gruppe oft genau das, was in der anderen für selbstverständlich gilt.“ (ESSER 2001:145)

Sowohl für Lebens- als auch für Haushaltsstile gilt, dass die konstituierenden Determinanten an den Ecken des Determinantendreiecks Ergebnis der Lebensgeschichte, Lebenserfahrung und Chancen der Menschen sind (SPELLERBERG 1996:53, KLOCKE/SPELLERBERG/LÜCK 2002:74). Sowohl die Wertorientierungen und Einstellungen als auch die verfügbaren Ressourcen entwickeln sich über die gesamte Lebenszeit. Sie stehen mit den Herkunftshaushalten und den sozialen Chancen in enger Verbindung. Daher sind Lebens- und Haushaltsstile nicht aus einer bunten Palette vielfältiger Möglichkeiten frei wählbar (MEIER 1997:268).

---

<sup>27</sup> Das Lebensstilkonzept ist ein in den 1980er Jahren entwickeltes Modell zur Sozialstrukturanalyse, welches eindimensional horizontale Schicht- und Klassenmodelle zur Beschreibung der Gesellschaftsstruktur ablöst. Es existiert jedoch bisher keine allgemein verbindlich ausgearbeitete Lebensstilkonzeption (WAHL 2003:32; SPELLERBERG 1996:74; REUSSWIG 1994:42f.).

„Trotz Freiwilligkeit in den stilisierungsfähigen Bereichen dürfen daher [...] soziale Ungleichheiten und unterschiedlich große objektive Spielräume bei der Lebensstilanalyse nicht vernachlässigt werden.“ (SPELLERBERG 1996:74)

Und da sich einige der Determinanten – wie zum Beispiel das Alter oder die Lebenssituation – verändern, sind Haushaltsstile nicht als statisches, sondern dynamisches Konstrukt zu verstehen.

In seiner Perspektive ist das Konzept des Haushaltsstils von dem eher auf das Individuum gerichteten Blick der Lebensstile zu unterscheiden (KLOCKE/SPELLERBERG/LÜCK 2002:81).<sup>28</sup> Haushaltsstile beziehen sich auf die Art der Alltagsorganisation eines Haushaltes. Das bedeutet in der Regel, dass mehrere Personen beteiligt sind und ihren jeweiligen individuellen Lebensstil bei der Gestaltung des haushälterischen Handelns mit einbringen und einen gemeinsamen Haushaltsstil entwickeln. Da Alter und Geschlecht für individuelle Lebensstile wesentliche Determinanten sind und Familienhaushalte in der Regel Personen unterschiedlichen Alters und Geschlechts beherbergen, ist es wahrscheinlich, dass verschiedene Lebensstile aufeinander treffen und ein Aushandlungsprozess stattfindet.

Ernährungsstile werden im Kontext dieser Arbeit aufgrund der Haushaltsorientierung als Element der Haushaltsstile verstanden und lassen sich in Anlehnung an die oben formulierte Definition als stabile Muster der Ernährungsversorgung beschreiben, die von Wertorientierungen und Einstellungen, verfügbaren Ressourcen und gegebenen Lebenslagen des Haushalts abhängen (HÄUßLER 2002:140). Aufgrund der Stabilität von Ernährungsstilen und der festen Verankerung in der Geschichte des Haushalts und seiner Mitglieder lässt sich leicht schließen, dass eine schnelle Hinwendung der Haushalte zu nachhaltigen Ernährungsstilen auf der Grundlage von Handlungsempfehlungen nicht erfolgen wird.

Auf dieser Basis hat sich im Kontext der Nachhaltigkeitsdiskussion eine Forschungsrichtung entwickelt, die die Determinanten nachhaltiger Lebens- und vor allem Konsumstile erforscht. Die Veränderung von Lebensstilen stellt im Rahmen nachhaltiger Entwicklung ein Instrument dar, um ökologische und soziale Ziele zu erreichen (RINK 2002:30). Mit der Lebensstilperspektive werden die Bedürfnisse, Wünsche, Zwänge und Komplexität der Alltagsgestaltung erfasst. So wird ermöglicht, Voraussetzungen und Anknüpfungspunkte für nachhaltige Verhaltensänderungen auf individueller oder auch auf

---

<sup>28</sup> Es gibt allerdings auch in der Lebensstilforschung Ansätze, die nicht nur Einzelpersonen, sondern soziale Gruppen oder auch den Haushalt betrachten (LÜDTKE 1989:40).

## 2.2 Ernährung als Handlungsfeld im Familienhaushalt

---

Haushaltsebene zu identifizieren (HUNECKE 2002:89; REUSSWIG 1994:113; SCHERHORN/REISCH/SCHRÖDL 1997:20ff.; ausführlicher hierzu Kap.2.2.3.3).

### DER HAUSHALT IST KEIN GESCHLECHTSNEUTRALER ORT – ARBEITSTEILUNGSMUSTER UND AUSHANDLUNGSPROZESSE

Umweltverknüpfungen sowie interne Struktur und Organisation des Haushalts stehen in engen Wechselwirkungen miteinander. Die spezifischen Regeln und tradierten Einstellungsmuster des gesellschaftlichen Umfelds und des kulturellen Handlungsrahmens zeigen sich in den Arbeitsteilungsmustern von Familienhaushalten sehr deutlich. Aufgrund der gesellschaftlichen geschlechtsspezifischen Arbeitsteilung haben der Haushalt und die Erwerbstätigkeit auch trotz sich wandelnder Geschlechterrollen für Männer und Frauen nach wie vor eine unterschiedliche Bedeutung (NOTZ 2004:421; JURCZYK/RERRICH 1993:283). RERRICH beschreibt dies prägnant: „Männer haben Familie, Frauen leben Familie.“ (zitiert nach KORTENDIEK 2004:388)

„Männer haben Familie und leben in Familien- und Haushaltssystemen, doch diese sind für sie in erster Linie Versorgungs-, Pflege- und Erziehungseinrichtungen, welche ihnen ein Leben außerhalb der Familie und des Hauses in der Erwerbswirtschaft und Gesellschaft ermöglichen und abverlangen. Frauen dagegen haben die Versorgungs-, Pflege- und Erziehungsleistungen in den privaten Familien- und Haushaltssystemen zu erbringen. Sind sie auch in Erwerbsarbeit und in gesellschaftlichen Institutionen integriert, so hat der private Aufgaben- und Tätigkeitsbereich für sie doch stets Vorrang.“ (V. SCHWEITZER 1991:17) „Was für die einen – die Männer – privates Unterstützungssystem zur Teilhabe am gesellschaftlichen Leben ist, ist für die anderen – die Frauen – ein privates Aufgabenfeld, das der Teilhabe am gesellschaftlichen Leben erhebliche Grenzen und Barrieren setzt“ (DIES.:21).

Die Organisation und die Verantwortung des Alltagslebens sowie die Arbeit des Alltags liegen überwiegend in der Hand der Frauen. Die Rolle der Männer beschränkt sich in vielen Fällen auf die eines Mithelfers, der übertragene Aufgaben erledigt – zum Beispiel den Einkauf oder Fahrdienste für die Kinder – für den Überblick oder die Details des täglichen Lebens sind in erster Linie die Frauen zuständig (NOTZ 2004:421). Frauen übernehmen also nicht nur die Organisation des eigenen Alltags, sondern auch die von Mann und Kindern (JURCZYK/RERRICH 1993:292).

„Ihre Lebensführung ist daher weiter stark verschränkt mit den übrigen Familienmitgliedern und darüber hinaus beeinflusst von Bedingungen im persönlichen sozialen Netz. Es stellt eine wichtige Ressource bei der Organisation des Alltags dar, zugleich muss es jedoch durch Leistungen auf der Basis von Gegenseitigkeit gepflegt werden“ (DIEZINGER 2004:206).

Es zeigt sich, dass Elternschaft einen deutlichen Traditionalisierungseffekt auf die Arbeitsteilungsmuster in Familien hat. Vor Beginn der Elternschaft entwickeln junge Männer und Frauen mehrheitlich eine relativ egalitäre Einstellung zur familialen Arbeitsteilung. Diese setzt sich nach der Geburt des ersten Kindes in vielen Familien jedoch nicht als egalitäres elterliches Handeln fort – nie sind Geschlechterverhältnisse

traditioneller ausgeprägt als zu Beginn der Elternschaft (KORTENDIEK 2004:388). Es sind nach wie vor überwiegend Frauen, die nach der Geburt eines Kindes aus der Berufstätigkeit aussteigen, während Männer das berufliche Engagement eher noch verstärken. Dieses Phänomen ist in allen sozialen Milieus zu beobachten (JÜRGENS 2001:33; KLAUS/STEINBACH 2002:21; LEVY/ERNST 2002:125). Die steigende Erwerbsbeteiligung von Frauen führt nicht gleichzeitig zu einer Veränderung der innerfamiliären Arbeitsteilung (LEVY/ERNST 2002: 104). Bei Berufstätigkeit beider Elternteile investieren Frauen täglich zwei Stunden mehr in die Haushaltsführung als Männer (BMFSFJ 2003:16). Als Ursachen werden das Zusammentreffen vom Ideal und Rollenbild der *guten Mutter* sowie der fehlenden strukturellen Rahmenbedingungen für die Vereinbarkeit von Familie und Beruf genannt (KORTENDIEK 2004:388, KLAUS/STEINBACH 2002:39).

„Da die institutionellen Vorgaben des Erwerbsbereichs, die „Normalitätsfolien“ der [...] Sicherungs-, Betreuungs- und Bildungssysteme implizit oder explizit auf einer geschlechtshierarchischen Arbeitsteilung aufbauen, ergeben sich empirisch unterschiedliche Lebensführungen von Frauen und Männern.“ (DIEZINGER 2004:206)

Die Auswirkungen, die die strukturellen Schwierigkeiten für eine egalitäre Arbeitsteilung auf die Aushandlungsprozesse auf Haushaltsebene haben, werden in Kapitel 2.2.3.2 ausführlicher dargestellt.

Aufgrund der Schieflage bei der Verantwortung für Versorgungsarbeiten wurde eine deutliche Kritik von Frauen an umweltbezogenen Handlungsempfehlungen laut, die sich explizit auf Haushaltsarbeiten beziehen wie zum Beispiel das Müll trennen oder die ökologische Ernährungsversorgung. SCHULTZ prägte den Begriff von der *Feminisierung von Umweltverantwortung* (SCHULTZ 1995:200)<sup>29</sup>: strukturell bedingte Probleme werden durch individualisierte Zuweisung von Verantwortung an die Haushalte weitergegeben. Hier werden die zusätzlichen Aufgaben aufgrund der traditionellen Arbeitsteilung und Rollenerwartung zu einer weiteren Belastung für die Frauen (MEIER 1999:502; KETTSCHAU/METHFESSEL 1997:196). KETTSCHAU und METHFESSEL schlagen vor, Maßgaben im Sinne eines prädikativen Lebensstandards partnerschaftliche Haushaltsführung zu entwickeln.

---

<sup>29</sup> Aufgrund geringer Einflussmöglichkeiten der privaten Haushalte auf strukturgebende Entscheidungen spricht SCHULTZ von einer „Feminisierung der Umweltverantwortung bei gleichzeitiger Entmündigung und Enteignung von tatsächlichen Gestaltungsmöglichkeiten“ (SCHULTZ 1995:200).

### ALLTAGSARBEIT: GRATWANDERUNG ZWISCHEN ROUTINE UND KOMPLEXITÄT

Von nicht zu vernachlässigender Bedeutung für das Handeln im Haushalt und wiederum eng verknüpft mit der gesellschaftlichen Arbeitsteilung ist die Trivialisierung der Alltagsarbeit. Hausarbeit hat in der Gesellschaft den Status von privater, selbstverständlicher Arbeit (KETTSCHAU/METHFESSEL 1991:IV). Für die Haushaltsmitglieder, welche die Dienstleistungen in Anspruch nehmen, ist die Hausarbeit oft unsichtbar, und ihre Bedeutung wird erst deutlich, wenn sie nicht erledigt wird. Selbst bei den ausführenden Personen, in der Regel den (Haus-)Frauen, wird sie nicht als mit der Erwerbstätigkeit gleichwertige Arbeit eingestuft. Haushaltstätigkeiten sind *selbstverständlich* und werden im Alltag nur teils als Arbeit, teils als Freizeit und teils als eine Mischung aus beidem wahrgenommen (GLATZER 1994:241). Die Einstufung der Hausarbeit als subjektiv-individualistisches, emotionales Handeln sieht v. SCHWEITZER begründet in der Abwertung der menschlichen Alltagskultur (v. SCHWEITZER 1991:134). Die gesellschaftliche Bedeutung der Leistungen von privaten Haushalten durch die Bildung von Humanvermögen findet keine Entsprechung in der gesellschaftlichen Bewertung (MEIER/v. SCHWEITZER 1999:497).<sup>30</sup> Im konkreten Alltag trägt diese Nicht-Wahrnehmung der Haushaltsarbeit zu Überlastungsgefühlen und Unzufriedenheit der Ausführenden bei, da die Arbeit nicht als solche anerkannt wird.

KAUFMANN beschreibt, dass die Haushaltstätigkeiten zwar als banal und trivial wahrgenommen werden, macht aber deutlich, dass es sich beim Haushalt um ein System von ungeheurer Komplexität und enormer gesellschaftlicher Bedeutung handelt (KAUFMANN 1999:19). Die Aufgabe der Gestaltung des Alltagslebens und die Daseinsvorsorge für die Haushaltsmitglieder stellen vielfältige Anforderungen – die Ernährungsversorgung ist nur ein Bereich von vielen. Trotz der Einschätzung als banale, alltägliche Tätigkeiten, die scheinbar routiniert und immer wieder gleich sind, ist es gar nicht so einfach, alles *unter einen Hut* zu bringen (VOß/WEIHRICH 2001:9, ARN 2000:24ff.).

In der *alltäglichen Lebensführung* verbinden sich alle relevanten Lebensbereiche einer Person: Erwerbstätigkeit, Familie, Hausarbeit, Freizeit und Erholung (VOß/WEIHRICH

---

<sup>30</sup> Da die Arbeit in privaten Haushalten nicht bezahlt und damit monetär nur schwer zu bewerten ist, wird sie in der volkswirtschaftlichen Gesamtrechnung nicht erfasst. So gilt im strengen wirtschaftlichen Sinn nur die bezahlte Versorgung von Kindern in einer Institution als produktive Arbeit, nicht aber die Versorgung durch die Eltern zu Hause. Zur Darstellung des Ausmaßes und des Wertes der Wohlfahrtsproduktion durch private Haushalte wird der volkswirtschaftlichen Gesamtrechnung inzwischen zur Ergänzung eine haushaltsökonomische Satelliten Gesamtrechnung auf Basis der Zeitbudgeterhebung an die Seite gestellt (MEIER/v. SCHWEITZER 1999:496).

2001:10). In Familienhaushalten, in denen mehrere Lebensführungen verschränkt sind, wird die Alltagsorganisation zu einer komplexen Gestaltungsaufgabe – besonders für die Frauen, da sie in den meisten Haushalten zumindest die Lebensführung der Kinder und gelegentlich auch des Mannes mehr oder weniger mit organisieren – sie sind verantwortlich für die familiäre Lebensführung (JÜRGENS 2001:36; DIEZINGER 2004:206). Die verschiedenen Lebenswelten funktionieren zum Teil nach einer völlig anderen Logik und sind nicht so leicht zusammenzubringen – zum Beispiel das Berufs- und das Familienleben (JURCZYK/RERRICH 1993:11ff.; JÜRGENS 2001:50ff.). Im Zuge der Pluralisierung von Lebensformen und des gesellschaftlichen Wertewandels werden die Abstimmungsprozesse und Aufgabenbewältigung im Haushalt zunehmend komplexer und schwieriger (SCHLEGEL-MATTHIES 2003:72; THIELE-WITTIG 2002:3). Alte, *traditionelle* Leitbilder der Haushaltsführung verlieren ihre Gültigkeit für die Lebens- und Alltagsplanung.<sup>31</sup>

In einem sich ständig wandelnden Prozess und durch die Erweiterung der Handlungsspielräume muss sowohl die langfristige wie auch die kurzfristige Haushaltsplanung immer wieder neu definiert werden (SCHLEGEL-MATTHIES 1998:158).

„Die Vielfalt der Optionen und der sich daraus ergebenden Folgewirkungen kann von den Einzelnen kaum noch durchschaut oder ausreichend reflektiert und mit sinnvollen Handlungsstrategien bewältigt, geschweige denn in sinnvolle Lebensgestaltung umgesetzt werden.“ (SCHLEGEL-MATTHIES 2003:73)

Die „neue Hausarbeit“ (THIELE-WITTIG) erfordert Koordinations-, Planungs- und Synchronisationsleistungen und kommt durch eine Zunahme der institutionellen Schnittstellen wie Verwaltungen, Bildungs- und Betreuungsinstitutionen, Handel, Banken sowie Gesundheits- und Versorgungseinrichtungen mit dem Haushalt zustande (SCHLEGEL-MATTHIES 2003:74f.). Im Unterschied zu vielen typischen Haushaltsroutinen ist der Umgang mit den Schnittstellen nicht durch Regelmäßigkeit gekennzeichnet. Sie werden als jeweils singuläre Ereignisse wahrgenommen und nicht unbedingt dem Haushalt zugerechnet (THIELE-WITTIG 1993:375). Es sind die „Erledigungen, die Arbeit machen, aber nicht der Arbeit zugerechnet werden“ (JURCZYK/RERRICH 1993:11). Es lässt sich von einer „Entroutinisierung des Alltags“ sprechen (SCHLEGEL-MATTHIES 1998:161 in Anlehnung an BECK/BECK-GERNSHEIM:1994).

---

<sup>31</sup> Thiele-Wittig nennt im Hinblick auf die gewandelte Haushaltsrealität die Abkehr von traditionellen Werten, zunehmende Vernetzung mit Markt und öffentlichen Einrichtungen, mit anderen Privat- und Großhaushalten, abnehmende Arbeitsplatzsicherheit und abnehmende Sozialleistungen, veränderte Zeitstrukturen, Geschlechtsrollenwandel, Wandel der Haushalts- und Lebensformen und eine zunehmende Ausdifferenzierung des Lebensstils sowie Armutsprobleme, Marginalisierung, Mobilität und Wanderungen (THIELE-WITTIG 1996:95).

Zeitliche Zwänge und Spielräume der Alltagsabläufe werden oft erst durch Umbrüche in der alltäglichen Lebensführung deutlich. Es wird erfahrbar, dass fest etablierte Routinen und Gewohnheiten, die meist nicht bewusste Grundlage des Handelns sind, effektives Arbeiten erst ermöglichen (JURCZYK 2000:220).

„Unsere Handlungen werden [...] gesteuert von einem Verbund von situations- und kontextbezogenen Vorstellungen; dem ‚Alltagsbewusstsein‘. Alltagsbewusstsein ist ein Begriff für die Art und Weise, wie wir im täglichen Leben unsere Welt verstehen und auf sie reagieren. [...] es schließt alle Zustände ein, die Bewusstsein im Laufe eines Tages, im Laufe einer Biografie erlebt und entwickelt. Alltagsbewusstsein stellt sich auf den ersten Blick dar als eine Ansammlung von Vorstellungen, mit deren Hilfe wir die unablässige Folge von Situationen, als die sich der Alltag vollzieht, ordnen und einstufen. Durch Lebenserfahrung verfügen wir über eine Vorstellung von (und eine Beziehung zu) Pommes frites, Kleiderordnungen, Atomkraftwerken... – es liegt auf der Hand, dass diese Vorstellungen nicht immer sonderlich differenziert und treffend sind. Ob die Pommes ernährungsphysiologisch bedenklich sind oder nicht, wie sie hergestellt werden, wissen wir selten; [...] Nicht alle Informationen sind zugänglich, für viele Dimensionen der Wirklichkeit fehlt das nötige Wissen und Können – und manches wollen wir überhaupt nicht zur Kenntnis nehmen. Trotzdem entwickeln wir jene Vorstellungen, und zwar aus lebenspraktischen Gründen: *Wir müssen in allen Situationen handlungsfähig sein und das heißt: Wir müssen die Gegebenheiten einschätzen und interpretieren (Hervorhebungen im Original).*“ (SCHÜLEIN 2001:18)

Um die Alltagsaufgaben in ihrer Komplexität bewältigen zu können, bedarf es also der Interpretation und Routinen. Nicht jede Entscheidung kann umfassend reflektiert werden. Für die Entwicklung eines prädikativen Lebensstandards bezogen auf die Ernährung stellt die Komplexität der Haushaltsbedingungen eine große Herausforderung dar. Das Leitbild einer nachhaltigen Ernährung kann nur auf der Basis von Reflektion über die Auswirkungen der eigenen Ernährungsentscheidungen entstehen, ohne eine Reduktion der Komplexität ist es jedoch nicht möglich, die entsprechenden Leitbilder auch umzusetzen (KETTSCHAU/METHFESSEL 1997:190).

Aus dem in diesem Kapitel beschriebenen Charakter des Familienhaushalts ergeben sich für die Annäherung an die Fragestellung folgende relevante Aspekte:

- Familienhaushalte bilden den Lebenszusammenhang der Haushaltsmitglieder. Unter Berücksichtigung der Bedürfnisse und Wünsche aller wird die alltägliche Lebensführung organisiert.
- Jegliches haushälterische Handeln wird beeinflusst von den Einstellungen der Haushaltsmitglieder, den zur Verfügung stehenden Ressourcen und den gesellschaftlichen Rahmenbedingungen.
- Ernährungsversorgung ist zwar eine zentrale, aber nicht die einzige Aufgabe, die im Haushalt und im Alltag bewältigt werden muss. Haushaltsorganisation und Haushaltsarbeit sind komplexe Tätigkeiten.



- Durch gesellschaftlich verankerte Rollenbilder und Arbeitsteilungsmuster wird sowohl die Alltagsorganisation als auch die Ernährungsversorgung weitgehend von Frauen geleistet.
- Um alles unter einen Hut zu bringen, helfen Routinen und Gewohnheiten. Somit geschieht auch im Handlungsbereich der Ernährung vieles ungeplant und unreflektiert (siehe auch Kap. 2.2.3.1).

Dies bedeutet, dass wirksame, handlungsrelevante Strategien für eine nachhaltige Gestaltung von Ernährung nicht ohne die Berücksichtigung der komplexen Alltagskontexte und der Genderperspektive zu entwickeln sind, da beide die Ernährungsweise direkt prägen (HAYN/EMPACHER 2004:41).

### **2.2.2 Ernährung als komplexes Handlungsfeld**

Ernährung gehört zu den physischen Grundbedürfnissen des Menschen; alle müssen essen. Somit ist Ernährung selbstverständliches Element des Alltags aller Menschen. Doch Ernährung ist mehr als die Deckung physiologischer Bedürfnisse. Sie ist eng mit vielen Dimensionen menschlichen Lebens gekoppelt und enthält physische, soziale, psychische, wirtschaftliche, politische, religiöse, historische und kulturelle Aspekte (BARLÖSIUS 1999:9; GEDRICH 2003:231). Ernährung wird als „soziales Totalphänomen“ (MAUSS) bezeichnet (BAYER/KUTSCH/OHLY 1999:19; BARLÖSIUS 1999:46)<sup>32</sup>. In der Ernährung spiegeln sich gesamtgesellschaftliche Strukturen und Mechanismen wider. Auch in Familien hat die Ernährung einen weit größeren Stellenwert als die reine Sättigung der Familienmitglieder.

---

<sup>32</sup> Eine wissenschaftliche Auseinandersetzung mit der Ernährung als sozialem Totalphänomen gibt es bisher kaum, in der Literatur werden dafür folgende Begründungen genannt:

- Die naturwissenschaftliche Ernährungsforschung steht im Vordergrund, die als forschungsrelevant erachteten Fragestellungen bewegen sich in erster Linie in den Bereichen der Physiologie und der Lebensmittelproduktion und -verarbeitung. Die kulturellen und sozialen Qualitäten des Essens galten in der Ernährungswissenschaft tendenziell als ‚irrational‘, da sie mit naturwissenschaftlichen Methoden nicht erfassbar sind. Daher kommt Gesellschaftswissenschaften innerhalb der Ernährungswissenschaft lediglich der Status von „peripheren Hilfswissenschaften“ (TEUTEBERG) zu (BARLÖSIUS 1999:19).
- In den verschiedensten Wissenschaften wurden zwar viele Einzelaspekte von Ernährung untersucht, es gibt aber keine gemeinsame Forschungsperspektive oder den Versuch, die einzelwissenschaftlichen Forschungsergebnisse zusammenzuführen (BARLÖSIUS 1999:20).
- Ernährung wird als selbstverständlicher Teil der Alltagswelt wahrgenommen, der zudem überwiegend in der Verantwortung von Frauen liegt. Eine männlich geprägte Wissenschaft, die sich besonders im deutschsprachigen Raum dem Humboldt'schen Bildungsideal verpflichtet fühlt, erkennt Alltagsthemen keine wissenschaftliche Relevanz zu.

Der private Haushalt stellt das Zentrum der Ernährungsroutinen dar (BAYER/KUTSCH/OHLY 1999:105). Die Ernährungsweise jedes Individuums und jeder Familie ist daher eingebettet in den entsprechenden Haushaltskontext. Als ein grundlegender Handlungsbereich des Haushalts sind die im vorangegangenen Abschnitt umfassend beschriebenen Strukturen und Handlungsprinzipien von privaten Haushalten auch für das Verständnis von Ernährungsweisen relevant. Es ist allerdings auch ein sehr persönlicher, durch individuelle Vorlieben und Gewohnheiten geprägter Lebensbereich. Daher ist zu erwarten, dass sich die Ernährungsweisen der einzelnen Haushalts- oder Familienmitglieder mehr oder weniger deutlich voneinander unterscheiden. Weiterhin spiegelt sich der gesellschaftliche und kulturelle Bedeutungshintergrund von Essen und Ernährung in den individuellen und haushaltsinternen Ernährungsweisen wider. Die unterschiedlichen Einfluss- und Bestimmungsfaktoren des haushaltsspezifischen Ernährungsstils stehen im Mittelpunkt dieses Kapitels.

Sowohl vor dem Hintergrund der individuellen Alltagswahrnehmung von Ernährung als auch aus der wissenschaftlichen Literatur lässt sich eine Vielzahl von Einflussgrößen auf das Ernährungsverhalten identifizieren. Zur Reduzierung bzw. Strukturierung der enormen Komplexität dieses Handlungsbereiches findet sich in der Literatur eine Unterteilung nach natürlichen/physischen, nach psychischen sowie nach im weitesten Sinne soziokulturellen/sozioökonomischen Determinanten (BROMBACH 2000a:7; BARLÖSIUS 1999:42; FEICHTINGER 1998:22; LEONHÄUSER 1995:19; DIEHL 1986:5; BODENSTEDT/OLTERSDORF 1983:5). Es wird eine Vielzahl von Einflussfaktoren genannt und es ist davon auszugehen, dass alle relevanten Determinanten identifiziert sind. Es gibt jedoch bisher wenig Erkenntnisse über die unterschiedliche Gewichtung und das Zusammenspiel der Faktoren (BROMBACH 2000a:7). Die folgende Darstellung der Einflussfaktoren orientiert sich ebenfalls an der in der Literatur üblichen Unterteilung, da sie für eine Annäherung an das Handlungsfeld als sinnvoll und hilfreich erachtet wird. Weiterhin wird versucht, Wechselwirkungen zwischen den jeweiligen Bereichen aufzuzeigen.

Bei der Annäherung an Ernährungsweisen und der Erfassung von Einflussfaktoren können unterschiedliche Ebenen beschrieben werden.

- 1 Zum einen können konkrete, einzelne Handlungen erfasst und untersucht werden, also die individuelle Entscheidung für ein bestimmtes Nahrungsmittel oder eine Mahlzeit zu einem bestimmten Zeitpunkt. Diese Perspektive nimmt zum Beispiel die Konsum- und Marketingforschung ein, die ergründen möchte, unter welchen Umständen sich Menschen für ein bestimmtes Produkt entscheiden.

- 2 Zum anderen erfasst die für die Fragestellung der vorliegenden Untersuchung relevante und aufschlussreiche Herangehensweise das Ernährungsverhalten entsprechend der unter Kapitel 1.2 vorgestellten Definition als die Gesamtheit aller Handlungen, die mit der Lebensmittelbeschaffung, -zubereitung und dem Verzehr verbunden sind. Hierbei wird in der Literatur zum Teil das Individuum herangezogen, aber es wird von zahlreichen Autoren auf die elementare Bedeutung des Haushalts- und Alltagskontextes für die Erfassung des Ernährungsverhaltens hingewiesen (BAYER/KUTSCH/OHLY 1999:105f., BROMBACH 2000a:78; STRATTON/BROMLEY 1999:89; HAYN/EMPACHER 2004:40f., SCHACK 2004:17).
- 3 Aus der Makroperspektive lässt sich die Ernährungsweise einer Region bzw. eines Landes erfassen. Im Mittelpunkt steht die Ess- und Ernährungskultur der Menschen. So wird der statistische Verbrauch an bestimmten Nahrungsmitteln im Zeitverlauf oder interkulturell verglichen, regionaltypische Rezepte, besondere Zubereitungsarten oder Mahlzeitenstrukturen erfasst und analysiert. Diesen Blick auf Ernährungsweisen nehmen zum Beispiel Ethnologen, Anthropologen und Historiker ein (WIERLACHER/NEUMANN/TEUTEBERG 1993; SCHULLER/KLEBER 1994; HIRSCHFELDER 2001).

Für die dieser Arbeit zu Grunde liegende Fragestellung ist die an zweiter Stelle genannte Perspektive relevant. Es ist dabei allerdings zu bedenken, dass diese immer in Verbindung mit der individuellen und gesellschaftlichen Perspektive steht und dieser Kontext nicht ganz außer Acht gelassen werden darf.

### 2.2.2.1 Natürliche Faktoren

An dieser Stelle werden Faktoren auf zwei Ebenen zusammengefasst: zum einen die Faktoren, die durch die natürliche Umwelt des Menschen vorgegeben sind und zum anderen der Einfluss durch physiologische Notwendigkeiten. Die *natürliche Umwelt* wird determiniert durch die geografische Lage einer Region, das Klima und den geophysikalischen Voraussetzungen wie der Beschaffenheit der Böden. Diese Faktoren haben einen wesentlichen Einfluss auf die in einer Region vorfindbare Tier- und Pflanzenwelt, welche für sich gesehen auch noch einmal einen eigenständigen Faktor darstellt.

Durch die vorgegebenen Bedingungen der natürlichen Umwelt wird zunächst der Rahmen gesteckt, welche Nahrungsmittel für die Menschen dieser Region zur Verfügung stehen.

Hier ergibt sich die erste Querverbindung sowohl zu kulturellen als auch zu ökonomischen Faktoren. So sind die Voraussetzungen der natürlichen Umwelt im Zeitalter der Globalisierung zumindest in Industrienationen keine Grenze mehr für die Verfügbarkeit von Nahrungsmitteln. Vieles ist jederzeit und überall verfügbar. Allerdings waren die natürlichen Gegebenheiten eine der wesentlichen Grundlagen für die über lange Zeit gewachsene Ernährungskultur und -tradition einer Region. Auch wenn sich die Ernährungskultur verändert und differenziert, so bleibt die historisch gewachsene Ernährungsweise eines Landes oder einer Region doch immer Bezugsgröße und Ausgangsbasis. Im Weiteren wird auch deutlich werden, dass die Auswahl, die eine Kultur aus der Vielfalt an natürlich vorgegebenen, theoretisch nutzbaren Nahrungsmitteln trifft, von vielen weiteren Faktoren abhängt<sup>33</sup>.

Die *physiologischen Bedingungen* der Ernährung ergeben sich zunächst aus der biologischen Notwendigkeit zu essen. Durch den Nahrungsbedarf und die Stoffwechselprozesse zeigt sich die Naturgebundenheit der Ernährung. Der menschliche Körper hat einen mit naturwissenschaftlichen Methoden zu bestimmenden Bedarf an Nährstoffen, Vitaminen, Mineralstoffen und Flüssigkeit. Dieser wiederum wird von vielfältigen Faktoren wie z. B. Geschlecht, Größe, Alter, körperliche Aktivität, Gesundheitsstatus, Lebensweise und genetischer Veranlagung beeinflusst (LEITZMANN 2001a:37f.; OLTERS DORF 1995:62). Schon an dieser Stelle zeigt sich die Verwobenheit zwischen natürlichen und kulturellen Elementen. Denn:

„Welche körperlichen Kriterien die Ernährung erfüllen muss, teilt der Körper nicht unmittelbar und eindeutig mit. Die natürlichen Anteile verfügen über keine ihrer Eigengesetzlichkeit entsprechenden Sprache. Um sie interpretieren zu können, sind kulturelle Vermittlungen, beispielsweise Erfahrungen und Wissen, notwendig. Dies ist auch der Grund dafür, das Wissen über eine naturgemäße Ernährung sich stetig wandelt, obwohl der Körper selbst gleich bleibt. [...] richtig oder verkehrt, gesund oder ungesund, naturgemäß oder unnatürlich sind kulturelle Festlegungen, die den biologischen Anforderungen immer nur näherungsweise entsprechen, aber nie unmittelbar auf die Naturgebundenheit reagieren.“  
(BARLÖSIUS 1999:37)

Die mit dem Bedarf in Verbindung stehenden biologischen Signale wie Hunger und Sättigung sind physiologisch verankert. Der Hunger gibt das Signal zur Nahrungsaufnahme, das Gefühl der Sättigung lässt den Menschen die Nahrungsaufnahme beenden. Abgesehen davon, dass der biochemische Regelprozess

---

<sup>33</sup> „So hat jeder kulturelle Rahmen durch seine Normen und Wertvorstellungen, durch einen bestimmten Satz von Speiseverböten, Speiseaversionen und Speisevorschriften insbesondere dazu geführt, dass in einem Kulturkreis nur eine mehr oder weniger große Teilmenge dessen zur Ernährung herangezogen [...] wird, was eigentlich dafür geeignet wäre. Und diese kulturell gesteuerte Ausrichtung [...] erweist sich als äußerst resistent gegenüber Versuchen der Änderung.“  
(DIEHL 1986:79)

von Hunger und Sättigung nicht endgültig aufgeklärt ist (BROMBACH 2000a:8), steht dem Körper damit jedoch kein Ausdrucksmittel für den exakten physischen Bedarf an z. B. Kalorien oder Vitaminen zur Verfügung. Es handelt sich um eine „Übersetzung“ von physischen Voraussetzungen in die Gefühlswelt und diese werden damit auch immer vor dem Hintergrund individueller Erfahrungen wahrgenommen (BARLÖSIUS 1999:43). Hunger und Sättigung stehen ebenso in enger Verbindung mit sozialen Bedingungen. Es ist nicht genetisch festgelegt, sondern in erster Linie erlernt, dass die meisten Menschen morgens, mittags und abends Hunger haben. Ganz ähnlich verhält es sich mit dem zwar physiologisch verankerten, aber durch psychische und soziale Aspekte beeinflussten Faktor *Geschmack*. So kann er zwar als ein Kriterium dafür gesehen werden, welche Nahrungsmittel ausgewählt werden. Allerdings ist der Geschmack ebenfalls kulturell, sozial und individuell geprägt (BRUNNER 2003:261; BARLÖSIUS 1999:47). Mit zunehmendem Lebensalter verschiebt sich die Bedeutung innerer Signale zugunsten äußerer Reize. Bei Säuglingen wird die Nahrungsaufnahme fast ausschließlich durch biologische Hunger- und Sättigungssignale gesteuert, im Erwachsenenalter kommt den Umweltfaktoren und erlernten Verhaltensweisen eine größere Bedeutung zu (BROCKHAUS 2001:530). Nahrungspräferenzen und -gewohnheiten entstehen durch den Kontakt und durch die Erfahrung mit bestimmten Speisen und Geschmacksrichtungen (mere exposure effect) (DIEHL 1993:75).

### 2.2.2.2 Psychische Faktoren

Auch psychische Faktoren werden als bedeutende Einflussgrößen auf das Ernährungsverhalten genannt. DIEHL unterscheidet in seinem Modell zur Erklärung des Ernährungsverhaltens interne und externe Faktoren und identifiziert als psychische Voraussetzungen für ein bestimmtes Ernährungsverhalten Persönlichkeitsmerkmale, Selbstkonzept, Stimmungslage und Emotionen sowie individuelle Vorlieben und Aversionen (DIEHL 1986:5). Durch die psychische Verarbeitung und Strukturierung externer Reize und Einflussfaktoren entsteht die individuelle Ausgestaltung des Ernährungsverhaltens. Vermittelt werden die genannten psychischen Konstellationen durch Gefühle und Empfindungen wie Hunger und Durst, Appetit und Sättigkeit sowie Genuss, Ekel und Widerwillen. Diese Gefühlsvariationen sind allen Menschen bekannt, ihre Assoziation mit bestimmten Nahrungsmitteln oder Esssituationen sind allerdings Produkt individueller Erfahrungen (BARLÖSIUS 1999:44).

Hier zeigt sich auch der Übergang zwischen den psychischen und soziokulturellen Faktoren, denn die individuellen Erfahrungen stehen in den meisten Fällen auch in Verbindung mit einer sozialen Situation. So werden Menschen, die in der Kindheit mit

Süßigkeiten getröstet wurden, auch als Erwachsene ein Bedürfnis nach Süßem beibehalten, wenn sie Trost suchen. Ekel und Widerwillen gegenüber bestimmten Nahrungsmitteln kann zum einen mit individuellen, sozialen Erfahrungen verbunden sein, zum Beispiel, weil man als Kind gezwungen wurde, ein bestimmtes Nahrungsmittel zu essen. In vielen Fällen sind diese Emotionen aber auch kulturell geprägt. Jede Gesellschaft steckt einen Rahmen, innerhalb dessen sie definiert, was als essbar und als nicht essbar gilt. So gelten im mitteleuropäischen Raum zum Beispiel Schlangen und Insekten als ekelig, nicht essbar, während sie in anderen Regionen der Erde als Delikatesse gehandelt werden. In diesem Kontext sind die psychischen Determinanten kulturell geprägt.

### 2.2.2.3 Gesellschaftliche Faktoren

Als Omnivore ist der menschliche Ernährungsspielraum weit gesteckt. Wie der Mensch sein biologisches Bedürfnis nach Nahrung befriedigt, ist nicht biologisch, sondern hauptsächlich soziokulturell festgelegt (BARLÖSIUS 1999:37).

„Die biologische Konstitution treibt den Menschen dazu, Nahrung zu suchen, aber sie sagt ihm nicht, was er essen soll.“ (BERGER/LUCKMANN 1987:193)

Essen ist daher immer zugleich eine natürliche und eine kulturelle Angelegenheit und lässt sich weder auf nur organische Mechanismen noch auf nur kulturelle Eigenschaften reduzieren.

„Es ist eine Tätigkeit auf der Grenzlinie zwischen Natur und Kultur und repräsentiert geradezu idealtypisch die doppelte Zugehörigkeit des Menschen. Natürlich bedingt ist, dass Menschen sich ernähren müssen und ihre Nahrung physiologischen Anforderungen genügen muss. Wie sie dieses Bedürfnis befriedigen, ist Gegenstand kultureller Gestaltung und sozialer Auseinandersetzung.“ (BARLÖSIUS 1999:36)

„Es gibt keine angeborenen Mechanismen, die dafür sorgen, dass Menschen sich gesund ernähren. Tun sie dies bewusst, soweit ihnen dies möglich ist, verlassen sie die natürliche Sphäre und bewegen sich bereits in der kulturellen.“ (BARLÖSIUS 1999:37)

Der Charakter der Ernährung als *soziales Totalphänomen* bringt mit sich, dass Ernährungsweisen die gesellschaftliche Struktur widerspiegeln. Das bedeutet auch, dass es sich um ein sehr komplexes Handlungsfeld handelt. Mit gesellschaftlichen Faktoren werden an dieser Stelle zunächst alle im weitesten Sinne externen Einflüsse auf das Ernährungsverhalten verstanden. Dazu zählen sowohl soziale Aspekte, ökonomische Bedingungen, der kulturelle Rahmen als auch der familiäre Kontext. Untereinander stehen diese Einflussgrößen in enger Verbindung und Wechselwirkung, allerdings sind sie so vielschichtig, dass eine weitere Differenzierung nötig ist.

Aus der Perspektive des Haushalts betrachtet, können die Einflussfaktoren auf unterschiedlichen Ebenen angesiedelt werden. In Anlehnung an die Umfeldebene des privaten Haushalts nach v. SCHWEITZER (1991:142, siehe Kap. 2.2.1.2) wirken auf der

Makroebene Determinanten, die für alle privaten Haushalte als großer Rahmen für das individuelle Handeln vorgegeben sind – zunächst einmal unabhängig von unterschiedlichem Zugang oder Einbindung der einzelnen Haushalte. Auf dieser Ebene wirken die Grundvoraussetzungen durch die Kultur, die Religion, die Geschichte des Staates oder der Region. Auch das politische und ökonomische System sowie die Situation eines Staates haben wesentlichen Einfluss auf die Ernährungsweise der Menschen. Hier lassen sich zum einen Erklärungen für die angebotene und für die im jeweiligen Kulturkreis übliche Ernährung in Erwägung zu ziehende Auswahl an Nahrungsmitteln finden. Historisch verankerte Ernährungstraditionen bestimmen auch heute noch den Speiseplan und kulturell vermittelte Werte und Normen haben Einfluss. Zum anderen werden durch die auf der Makroebene angesiedelten Faktoren Bedingungen gestaltet, die indirekt sehr eng mit dem Ernährungsverhalten gekoppelt sind wie Haushaltsformen/-größen, die Bedingungen auf dem Arbeitsmarkt und die gesellschaftliche Arbeitsteilung. Diese Determinanten haben die Akteure in den Haushalten über ihre ganze Lebensgeschichte hinweg verinnerlicht und *gelernt*. Sie werden bei der Gestaltung des Alltagslebens und der Ernährungsweise mehr oder weniger unbewusst als unveränderliche Rahmenbedingungen hingenommen.

Die Mesoebene umfasst den Nahbereich und die Infrastruktur. Hier sind die Institutionen zur Alltagsversorgung angesiedelt, der Wohnstandort ist von Bedeutung und die soziale Einbindung eines Haushaltes und soziale Strukturen zählen dazu. Der Begriff *Nahbereich* ist dabei nicht nur räumlich zu verstehen. Soziale Beziehungen, zum Beispiel zur Herkunftsfamilie, sind unabhängig von der tatsächlichen Entfernung eine relevante Einflussgröße auf das Ernährungsverhalten, zum Beispiel bei Menschen mit Migrationshintergrund. Gerade im Zusammenhang mit der Herkunftsfamilie zeigt sich auch die zeitliche Spanne: Der aktuell praktizierte Ernährungsstil ist das Ergebnis einer lebenslangen Entwicklung. Daher sind durchaus Faktoren relevant, die in der Vergangenheit gewirkt haben. So ist der Einfluss des Ernährungsverhaltens in und die Ernährungserziehung durch die Herkunftsfamilie (und andere Sozialisationsinstanzen) grundlegend, da viele Verhaltensweisen in der Kindheit erlernt und zur Gewohnheit werden (BROMBACH 2000a:199ff, BROMBACH 2002a:175; JÄKEL 1999:77). Gerade im Hinblick auf nachhaltige Ernährungsstile sind auf dieser Ebene auch die soziale Strukturierung der Gesellschaft und die Bedingungen der Positionierung in diesem System von Bedeutung. Viele der dem Haushalt für das haushälterische Handeln zur Verfügung stehenden Ressourcen sowie die dem Handeln zugrundeliegenden Werte und Einstellungen werden durch die Gegebenheiten auf der Mesoebene bestimmt – sie

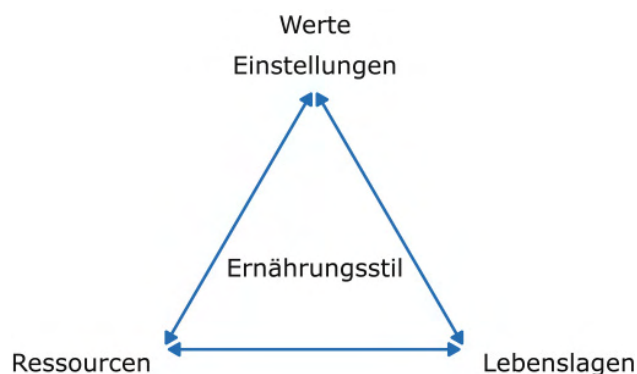
## 2.2 Ernährung als Handlungsfeld im Familienhaushalt

stehen zum Beispiel eng in Verbindung mit der Herkunftsfamilie und dem direkten sozialen Umfeld.

Auf der Mikroebene steht der Haushalt als Zentrum des Ernährungsalltags im Mittelpunkt (BAYER/KUTSCH/OHLY 1999:121): Von Interesse sind zum einen die personellen Voraussetzungen: Haushaltsgröße, Zusammensetzung nach Alter und Geschlecht sowie der lebensgeschichtliche Hintergrund (dadurch bedingt: Einstellungen, Erfahrungen, Ressourcen) der einzelnen Haushaltsmitglieder. Zum anderen spielen räumliche und technische Bedingungen eine Rolle: Größe und Lage der Wohnung und der Küche, küchentechnische Ausstattung, Einrichtung der Küche oder ein Garten. Mit dem Fokus der vorliegenden Untersuchung auf die Ernährungsstile in Familienhaushalten ist besonders das Zusammenspiel zwischen den Haushalts- und Familienmitgliedern bei der Gestaltung des Ernährungsalltags von Bedeutung.

Für die handlungsorientierte Erfassung und Beschreibung des Familienernährungsstils stellt das Handlungsmodell des haushälterischen Dreiecks von V. SCHWEITZER (Abb.1) ein hilfreiches Konstrukt dar. Auf diesem Modell sowie auf der in Kapitel 2.2.1.2 *Aufgaben und Funktionsweise eines Familienhaushalts* vorgestellten Haushaltsstil-Definition basiert das Determinantendreieck zur Beschreibung des Ernährungsstils.

ABB. 4: DETERMINANTENDREIECK ERNÄHRUNGSSTIL



Die Eckpunkte des Dreiecks bündeln die verschiedenen Einflussfaktoren, die zu folgenden Oberbegriffen zusammengefasst sind: Wertorientierungen und Einstellungen, gegebene Lebenslagen sowie verfügbare Ressourcen.

WERTE UND EINSTELLUNGEN charakterisieren das Weltbild eines Menschen; sie liefern Begründungen und Maßstäbe für sein Handeln. Auf der Grundlage von Werten und Einstellungen entwickeln sich Ernährungsleitbilder (hierzu ausführlich Kap. 2.2.1.2). Im Zusammenhang mit Ernährungsstilen ist es von besonderer Bedeutung, welchen Stellenwert das Thema *Ernährung* im jeweiligen Haushalt hat. Jemand, für den Essen nur



die Notwendigkeit zur Aufrechterhaltung der körperlichen Leistungsfähigkeit darstellt, räumt der Ernährung und allen damit zusammenhängenden Tätigkeiten sicher weniger Raum im Alltag ein, als jemand, der Essen auch als genuss- und gemeinschaftsstiftend erlebt. Diese Prioritätensetzung hat maßgeblichen Einfluss auf die Bereitschaft, Zeit und auch Geld aus dem beschränkten persönlichen Budget für die Ernährung einzusetzen oder sich entsprechendes Wissen anzueignen. Weiterhin von Bedeutung sind ernährungsbezogene Einstellungen zum Beispiel zu Gesundheit und Umweltschutz oder zu Traditionen. Auch religiöse Aspekte können eine Rolle spielen, beispielsweise durch die Einhaltung religiöser Vorschriften und Bräuche.

GEGEBENE LEBENSLAGEN beschreiben alle Einflussfaktoren, die als (kurzfristig) unveränderbar wahrgenommen werden. Dazu gehören unter anderem die Familienphase, Alter und Geschlecht der Haushaltsmitglieder, dann das geographische Umfeld, in dem man sich aufhält, d. h. das Land, die Region mit ihren klimatischen und soziostrukturellen Gegebenheiten, der Wohnort mit seiner spezifischen Infrastruktur, ebenso auch das soziale Umfeld wie die Kultur, die Zusammensetzung des Haushalts und der Familie, der Freundes- und KollegInnenkreis und der Beruf. An dieser Ecke des Dreiecks sind auch die Persönlichkeitsmerkmale einzuordnen.

Für das Verständnis von Ernährungsweisen in Familienhaushalten sind die hier zusammengefassten Faktoren von unterschiedlicher Bedeutung. So sind die geographischen, volkswirtschaftlichen und kulturellen Bedingungen in erster Linie für die Erklärung gesellschaftlicher Ernährungsweisen relevant. Für die Haushaltsebene sind besonders sozialstrukturelle und haushalts- sowie personenspezifische Faktoren von Bedeutung. Einflussreich ist auch das soziale Umfeld – Familie und Freundeskreis beeinflussen die Ernährungsweise mit. Jedes soziale Milieu hat seine eigenen Vorstellungen von einer guten, angemessenen Ernährung (BARLÖSIUS 1999:39).

VERFÜGBARE RESSOURCEN sind die Potenziale, auf die ein Mensch in seiner konkreten Situation zurückgreifen kann. Dieses sind Ressourcen wie Einkommen, Bildung und Zeit – so bestimmt der finanzielle Spielraum mit, wie viel Geld für Ernährung ausgegeben werden kann. Auch die Zeit ist von Bedeutung – wie viel davon steht für das Einkaufen, Kochen, Aufräumen und die Informationsbeschaffung zur Verfügung? Nicht zuletzt beeinflusst das vorhandene Wissen über Ernährung und Lebensmittel die Ernährungsweise. Gerade im Zusammenhang mit der Ernährung sind auch praktische Fähigkeiten wichtig wie zum Beispiel Kochkenntnisse und Haushaltsführungskompetenzen. An dieser Stelle lässt sich gut zeigen, dass die Eckpunkte des Dreiecks miteinander in Verbindung stehen: Denn beim Erwerb all dieser Ressourcen spielen das soziale Milieu und die Bildungsvoraussetzungen der

Herkunftsfamilie eine entscheidende Rolle. Das bedeutet auch, dass sich niemand – trotz einiger Wahlmöglichkeiten auf dem Lebensweg – seine Ernährungsweise einfach aus einer Palette vielfältiger Möglichkeiten aussuchen kann. Der soziale Hintergrund ist von entscheidender Bedeutung, und aufgrund von Vorprägungen ist eine freie Wahl des Ernährungsstils nur beschränkt möglich. Die Essstile und Küchen differenzieren sich entsprechend den sozialen Ungleichheiten (SETZWEIN 2004a:201; BARLÖSIUS 1999: 46, KUTSCH 1993:107).

Bei der Auseinandersetzung mit Ernährungsstilen in Familienhaushalten hat man es also mit einem komplexen sozialen Phänomen innerhalb eines komplexen sozialen Handlungssystems zu tun. Eine Vielzahl von Determinanten wurde von Wissenschaftlern unterschiedlicher Disziplinen in den letzten Jahrzehnten identifiziert und es wurden Modelle entwickelt, die die Einflussgrößen auf das menschliche Ernährungsverhalten zu verstehen helfen (FURST/CONNORS et al. 1996; BODENSTEDT/OLTERSDORF 1983; DIEHL 1986). Es bestehen vielfältige Wechselwirkungen zwischen den Einflussfaktoren und der tatsächlich praktizierte Ernährungsstil eines Menschen oder auch eines Haushaltes ist immer eine individuelle Ausgestaltung der jeweiligen Determinanten (GEDRICH 2003:232; v. SCHWEITZER 1991:127). Auch wenn die Erforschung von Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten in den meisten Fällen den Fokus auf das Individuum gerichtet hat, ist unbestritten, dass der soziale Kontext von großer Bedeutung für die jeweilige Ernährungsweise ist (STRATTON/BROMLEY 1999:90). Der soziale Kontext wird zuallererst durch die Familie vorgegeben, dann durch die Peergroups und das jeweilige soziale Milieu. Daher ermöglicht das Konzept der Haushalts- und Ernährungsstile auch, Milieuzugehörigkeiten und sozialstruktureller Unterschiede in Bezug auf Haushaltsführung und Ernährungsweise zu beschreiben.

### GENDER UND ERNÄHRUNG

Für die Annäherung an die Umsetzung nachhaltiger Ernährungsweisen ist unter Gender-Aspekten nicht nur die geschlechtsspezifische Arbeitsteilung in der Alltagsversorgung relevant (siehe Kap. 2.2.1.2). Auch im Rahmen der gesellschaftlichen Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten ist das Geschlecht ein wesentliches Strukturelement. Entsprechend ist ein *Doing Gender*, also eine Reproduktion des kulturellen Systems der Zweigeschlechtlichkeit deutlich bei den Ernährungsweisen zu beobachten.<sup>34</sup>

---

<sup>34</sup> Das zweigeschlechtliche Ordnungsmuster wird nicht als naturgegebene, biologisch legitimierte Differenz verstanden sondern als soziales Konstrukt (SETZWEIN 2000:16).

„Eine Fülle von Anhaltspunkten spricht dafür, dass nicht das Geschlecht das Ernährungsverhalten bestimmt, sondern dass umgekehrt spezifische Ernährungsstrategien dazu dienen, Geschlechtlichkeit sozial auszudrücken.“ (SETZWEIN 2000:17)

In jeder Kultur und in jedem sozialen Milieu gibt es Vorstellungen davon, wie und was Frauen oder Männer essen. Diese formen die unterschiedliche gesellschaftliche Erwartungshaltung an die Ernährungsweisen von Frauen und Männern. So kann man sich mit bestimmten Ernährungsweisen im sozialen Umfeld als *richtiger* Mann oder *richtige* Frau verorten. Im kulturellen Geschlechterbild knabbern Frauen an Gemüse, stochern im Salat, nippen am süßen Likör. Männer beißen herzhaft in ein Stück Fleisch, trinken Bier aus der Flasche oder stemmen Maßkrüge. Männern wird zugestanden, mehr und stärker Gewürztes zu essen, von Frauen wird Mäßigung und Zurückhaltung erwartet (SETZWEIN 2004b:51; ZITTLAU 2002:25ff.; LEITZMANN 2001b:293; SETZWEIN 2000:18; BARLÖSIUS 1999:46; CHARLES/KERR 1988:77).

Dahinter stehen auch jeweils verschiedene, gesellschaftlich verankerte Körperbilder: Frauen sollen/wollen schlank und Männer stark sein. Spätestens in der Pubertät sind die praktizierten Ernährungsweisen nicht mehr vom Geschlecht der Person zu trennen und bei Frauen und Männern durchaus unterschiedlich. So steigt die Verzehrshäufigkeit von Fleisch und Alkohol bei Jungen deutlich an, Mädchen beginnen mit Diäten und lassen Mahlzeiten aus (SETZWEIN 2004b:61; GERHARDS/RÖSSEL 2003:21; METHFESSEL 1999:31). Männer essen insgesamt deutlich mehr Fleisch als Frauen. Daten der Nationalen Verzehrsstudie (NVS) zeigen, dass ein Drittel bis die Hälfte aller Männer täglich Fleisch essen, aber nur ein Viertel aller befragten Frauen (KÜBLER 1994:50). Kein Nahrungsmittel steht so klar für das *Gendering* der Ernährung wie Fleisch.<sup>35</sup> Mit ihm verbinden sich Assoziationen wie Kraft, Stärke, Potenz und Macht (SETZWEIN 2004a:130; SETZWEIN 2000:19). Das Konzept „Tier/Mann versus Pflanze/Frau hat sich über die alimentäre Ordnung in unsere Kultur- und Geistesgeschichte fest eingeschrieben“ (MELLINGER 2004:26). Fleisch ist besonders geeignet, männliche Identität zu demonstrieren und die hierarchische Geschlechterdifferenz zu untermauern (SETZWEIN 2004b:60; SETZWEIN 2000:19).<sup>36</sup>

---

<sup>35</sup> Auch aus der Perspektive einer nachhaltigen Ernährungsweise hat Fleisch einen besonderen Stellenwert. Aufgrund der ungünstigen ökologischen Bilanz bei der Erzeugung von Fleisch und Fleischprodukten und wegen der mit zu hohem Fleischkonsum in Verbindung gebrachten gesundheitlichen Probleme wird Fleisch hier besonders kritisch betrachtet (siehe auch Kap. 2.1, v. KOERBER/MÄNNLE/LEITZMANN 2004: 113ff.; MELLINGER 2004: 27).

<sup>36</sup> KENYON und BARKER, die in einer britischen Studie vegetarisch lebende Teenagerinnen befragt haben, stellen die Vermutung auf, dass „rejection of meat for teenage girls may symbolize the rejection of male dominance in the traditional nuclear family and society as a whole“ (KENYON/BARKER 1998:197).

In den entwickelten Wohlstandsgesellschaften ist zu beobachten, dass das Ernährungsverhalten von Frauen im Durchschnitt eine größere Nähe zu den propagierten Ernährungsidealen aufweist als das der Männer. Dies drückt sich in höheren Verzehrswerten für Obst, Gemüse, Milch- und Vollkornprodukten sowie in geringeren Aufnahmen von Fleisch und Alkohol aus (SETZWEIN 2004a: 173f.). Bei genauerem Hinsehen zeigt sich jedoch, dass dahinter eher eine Attraktivitäts- als eine Gesundheitsorientierung steht (SETZWEIN 2004b:51). Für beide Geschlechter ist die Ernährungsweise ein Instrument, Geschlechtsidentität auszudrücken. Aufgrund der gesellschaftlich vermittelten sozialen Geschlechternormen ist dieses Instrument jedoch nicht als ein freiwilliges Angebot zu verstehen, sondern hat eher den Charakter eines „kulturellen Korsetts“ (SETZWEIN 2004a:169, SETZWEIN 2000:17).

### **2.2.3 Der Blick auf den Familientisch – Ernährung im Familienhaushalt**

Nach dem im vorangegangenen Kapitel die Funktionsweise von privaten Haushalten und die besonderen Bedingungen des Handlungsfeldes der Ernährung dargestellt wurden, steht im folgenden Abschnitt die konkrete Umsetzung von nachhaltigen Ernährungsweisen im Mittelpunkt. Dafür wiederum sind verschiedene Aspekte zu berücksichtigen. Zunächst wird der Frage nachgegangen, wie die alltägliche Ernährungsversorgung in Familienhaushalten organisiert und umgesetzt wird. In einem weiteren Schritt wird auf der Basis von empirischen Studien analysiert, welchen Stellenwert das Leitbild einer nachhaltigen Ernährungsweise in privaten Haushalten einnimmt und wie dieses vor dem Hintergrund der komplexen Alltagsanforderungen an die Haushaltsorganisation umgesetzt wird/werden kann. Es wird sich auch in diesem Kontext zeigen, dass die Verantwortung für die Ernährungsversorgung der Familie und die Umsetzung von Nachhaltigkeitszielen von der Strukturkategorie *Gender* geprägt ist.

#### **2.2.3.1 Wie kommt das Essen auf den Tisch?**

##### **Gestaltung der Ernährungsversorgung zwischen alltäglicher Daseinsvorsorge und der Kultur des Zusammenlebens**

Der private Haushalt ist für die große Mehrheit der Menschen die Basisstation für die Ernährungsversorgung. Im Regelfall findet die Zubereitung und der Verzehr von Lebensmitteln hier statt, denn 97,6 % der Deutschen nehmen täglich mindestens eine Mahlzeit zu Hause ein (MEIER/KÜSTER/ZANDER 2004:21). Drei Viertel aller Mahlzeiten werden im eigenen Haushalt verzehrt (MEYER 2002:83). Sogar bei der Versorgung am Arbeitsplatz steht das von zu Hause mitgebrachte Essen mit einer Verzehrshäufigkeit von

30 % noch vor dem Kantinenessen mit 13 % bei den Frauen und 24 % bei den Männern (BAYER/KUTSCH/OHLY 1999:121ff).

Wie in Kapitel 2.2.1.2 umfassend beschrieben, ist die Alltagsorganisation und -arbeit in Familienhaushalten eine komplexe Tätigkeit, die vielfältige Anforderungen mit sich bringt. Die Ernährungsversorgung ist dabei nur eine von vielen Aufgaben, die bewältigt werden müssen. Aus der Perspektive des Haushalts kommt dem haushälterischen Handlungsbereich *Ernährung* im Rahmen der gesamten Alltagsversorgung allerdings ein zentraler Stellenwert zu. So nimmt die Beköstigung<sup>37</sup> im Vergleich zu anderen hauswirtschaftlichen Tätigkeiten nicht nur in Familienhaushalten die meiste Zeit in Anspruch (MEIER 2004:86; BMFSFJ 2003:16; KÜSTER 1996:94). Erwerbstätige Frauen in Familienhaushalten wenden insgesamt knapp vier Stunden für die Haushaltsführung auf, davon über die Hälfte für Beköstigungsarbeiten, bei nicht erwerbstätigen Frauen ist das Verhältnis mit insgesamt fünf Stunden Hausarbeitszeit zu etwa 2,5 Beköstigungszeit pro Tag vergleichbar (BMFSFJ 2003:17).

Eine besondere Bedeutung kommt der Arbeit rund um das Essen auch deswegen zu, weil es eine der täglich sicherzustellenden Hauptaufgaben des Haushalts ist (MEIER 2004:86). Die Verantwortung für die Ernährungsversorgung wird dabei weit überwiegend nach wie vor von Frauen getragen (MEIER 2004:76ff.; SETZWEIN 2004:199; METHFESSEL 2004:37; SELLACH 1996:150; KÜSTER 1996:96ff.; LANGE 1993:19; ABT 1996:324; MENNELL/MURCOTT/V. OTTERLOO 1992:91ff.). Dies spiegelt sich sowohl in der tatsächlich aufgewendeten Arbeitszeit wider als auch in der empfundenen Verantwortung. Auf Basis der Daten aus der Frankfurter Beköstigungsstudie beschreibt SELLACH, dass Frauen die Verantwortung für die Familie annehmen und damit auch die Arbeit, die mit der alltäglichen Versorgung der Familie verbunden ist (SELLACH 1996:153ff).

LEVY und ERNST beschreiben, dass der Stundenaufwand der Männer für die Haushaltsarbeit über die verschiedenen Lebensphasen hinweg gleich bleibt, dieser bei Frauen aber mit der Geburt von Kindern quasi „explodiert“ (LEVY/ERNST 2002:122). Die Rolle der Mutter ist eng verknüpft mit dem Selbstverständnis der Frauen als Versorgerin (BROMBACH 2000a:6). SETZWEIN beschreibt, dass es zwar durchaus Milieuunterschiede bei der Bewertung der Hausarbeit und der Rollenverteilung gibt, die praktizierende Verantwortlichkeit der Frauen für Ernährung ist jedoch weitgehend unabhängig von

---

<sup>37</sup> Im Rahmen der Zeitbudgeterhebung umfasst der Arbeitsbereich Beköstigung die Mahlzeitenzubereitung, das Tischdecken, Geschirreinigung, die Konservierung und das Einräumen von Lebensmitteln.

milieubestimmenden Faktoren wie z. B. soziale und ethnische Herkunft, Alter, Bildungsabschluss oder Haushaltsnettoeinkommen (SETZWEIN 2004a:199ff). Auch die Gesundheit der Familie, die eng mit der Ernährung in Verbindung steht, liegt in den Händen der Frauen. Die qualitative Seite der Ernährungsversorgung ist daher nicht außer Acht zu lassen – es ist den Müttern wichtig, die Familie nicht einfach nur zu versorgen, sondern gut zu versorgen (BROMBACH 2000a:7 und weiter unten). Diese Zuständigkeiten bringen ein unterschiedliches Interesse für und Vorwissen über Ernährungsthemen von Frauen und Männern mit sich.

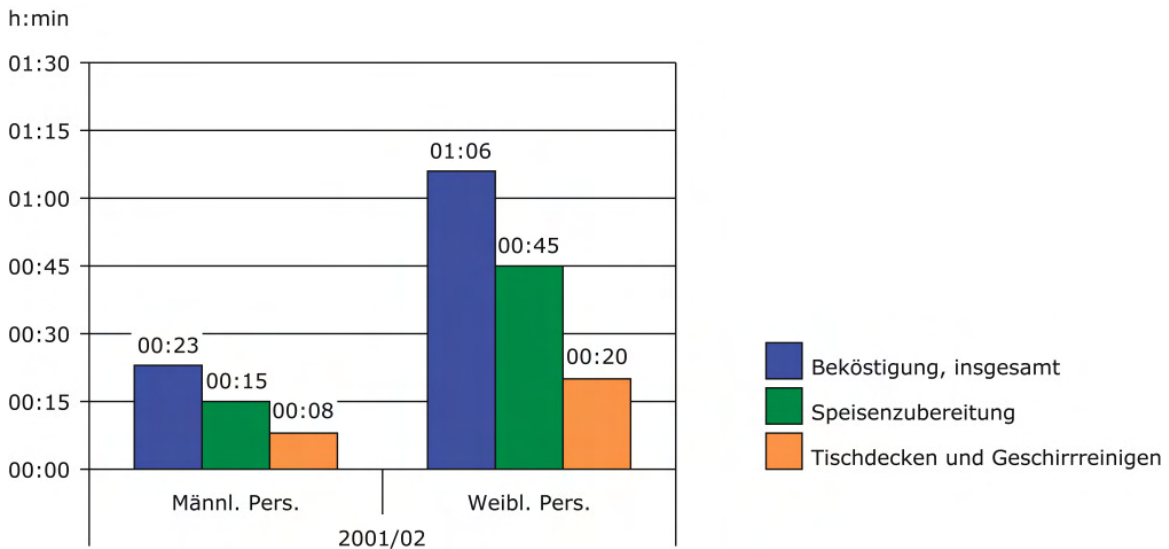
Die Auswertung von Daten der aktuellen Zeitbudgeterhebung zeigt, dass Frauen, die in Haushalten mit einem oder mehreren Kindern leben, im Schnitt 1 h 23 min pro Tag für die Beköstigung der Familie aufwenden. Die Männer leisten dagegen mit nur 19 min einen deutlich geringeren Beitrag. Die Hartnäckigkeit der klassischen Rollenzuweisung bei der Ernährungsverantwortung wird besonders deutlich, wenn nur Haushalte betrachtet werden, in denen beide Partner berufstätig sind. Denn auch hier verschiebt sich das Verhältnis mit 1,5 h Arbeitsaufwand pro Tag für die Ernährungsversorgung bei den Frauen und 22 min bei den Männern nicht (MEIER/KÜSTER/ZANDER 2004:51). Die Zeitverwendungsmuster spiegeln die Hauptverantwortung der Frauen deutlich wider – die Arbeitsteilungsmuster sind hier noch klarer als bei der in Kapitel 2.2.1.2 beschriebenen Arbeitsteilung bei der Hausarbeit. Männer in Familien wenden nur etwa ein Viertel bis knapp ein Drittel ihrer gesamten Hausarbeitszeit für den Bereich der Beköstigung auf (BMFSFJ 2003:17)<sup>38</sup>.

---

<sup>38</sup> Es ist nicht so, dass Männer nicht kochen wollen oder können, sie tun es durchaus. Allerdings ist zu beobachten, dass sie dies meistens freiwillig tun, wohingegen es für Frauen eine nicht in Frage zu stellende Pflicht darstellt; sie haben keine Wahl (MENELL/MURCOTT/V. OTTERLOO 1992:96). FRERICHs und STEINRÜCKE nennen Kochen ein „männliches Spiel“ (DIES. 1997:231).

## 2.2 Ernährung als Handlungsfeld im Familienhaushalt

ABB. 5: DURCHSCHNITTliche TÄGLICHE ZEITVERWENDUNG FÜR DEN AKTIVITÄTSBEREICH BEKÖSTIGUNG NACH GESCHLECHT



(modifiziert nach MEIER 2004:89)

Dass die Ernährungsversorgung von Familien klar in Frauenhand liegt, wird auch durch die Beobachtung gestützt, dass Männer in Familienhaushalten mit zwei Schulkindern insgesamt sogar etwas weniger Zeit für die Beköstigung aufwenden als der Durchschnitt aller Männer. Fast die Hälfte (46 %) der männlichen Personen in Deutschland beteiligen sich gar nicht an der Beköstigungsarbeit. Sie werden komplett von Müttern, Partnerinnen oder Töchtern versorgt (MEIER 2004: 87).<sup>39</sup> Es an dieser Stelle auch zu bedenken, dass mit den ermittelten Zahlen nur die reine Arbeitszeit dargestellt wird. Planungs-, Koordinations- und Organisationsleistungen, die gerade bei der Ernährungsversorgung in Familienhaushalten erheblich sind, können mit der Methodik der Zeitbudgeterhebung nicht oder nur sehr unzureichend erfasst werden (KÜSTER 1996:93).

Essen und Trinken findet in Familien meist nicht unstrukturiert statt, sondern als *Mahlzeit* (BROMBACH 2000b:2). In Familienmahlzeiten manifestiert sich die soziale Komponente der Ernährung. Entgegen Vermutungen in früheren Studien (NEULOH/TEUTEBERG 1979:109; FERBER 1980:224) weisen neuere Daten und Untersuchungen darauf hin, dass die gemeinsame Familienmahlzeit ihren Stellenwert nicht verloren hat (MEIER 2004:91; BROMBACH 2000b:13; CLAUPEIN/OLTERS DORF/WALKER 2001:208; MEYER/WEGGEMANN 2001:196; BARLÖSIUS 1999:184). Da institutionelle Mittagsverpflegung in Kindergärten und

<sup>39</sup> August Bebel, der gegen Ende des 19. Jahrhunderts die Vergesellschaftung des Essens als gesellschaftlichen Fortschritt gefordert hat, nennt die Privatküche eine „der anstrengendsten, zeitraubendsten und verschwenderischsten Einrichtungen, bei der den Frauen Gesundheit und gute Laune abhanden kommt“ (BEBEL zitiert nach FERBER 1980:223).

Schulen in Deutschland eher eine Ausnahme als die Regel ist, wird die Ernährungsversorgung von Kindern und Jugendlichen weit überwiegend von den Familienhaushalten geleistet (SELLACH 1996:80; MEYER 2002:59). Auch wenn sozialstrukturelle Veränderungen – wie die Flexibilisierung der Arbeitszeiten oder die zunehmende Entfernung zwischen Wohnort und Arbeitsplatz – zu Verschiebungen in der Mahlzeitenstruktur geführt haben (BRUNNER 2003:259), wird dem Mittagessen immer noch eine besondere Bedeutung beigemessen. Gerade für die Versorgung von Kindern besteht immer noch die kulturelle Norm, dass sie mittags ordentlich, also warm essen müssen und das am besten auch zu Hause (SELLACH 1996:106, 155).

Als gemeinsame Familienmahlzeit hat das Abendessen aufgrund der kommunikativen Dimension an Bedeutung gewonnen (KUTSCH 1996:259). Den Familien ist eine gemeinsame Mahlzeit sehr wichtig und es wird versucht, dieses mehrmals pro Woche zu realisieren (BROMBACH 2002b:9; SELLACH 1996:102). In Familien mit Kindern werden über ein Drittel der Mahlzeiten an den Wochentagen gemeinsam eingenommen, ein weiteres knappes Drittel der Mahlzeiten von einem Elternteil mit Kindern. Am Wochenende sind es sogar nahezu die Hälfte aller Mahlzeiten, zu denen die gesamte Familie zusammen am Tisch sitzt (MEYER 2002:90ff.). Gemeinsame Mahlzeiten sind soziale Institutionen in der Familie:

„Familien und Lebensgemeinschaften nutzen die Mahlzeit als Institution, um Gemeinschaft zu schaffen. Sie setzen sich nicht unbedingt an den Tisch, weil sie Hunger haben, sondern weil sie miteinander kommunizieren wollen.“ (BARLÖSIUS 1999:185)

Für Familien sind gemeinsame Mahlzeiten wichtige Fixpunkte im Familienleben:

„Es gibt keine andere, täglich wiederkehrende gemeinsame familiäre Aktivität, welche die Bedeutung einer Familienmahlzeit hat. Der Umkehrschluss ist radikal: Ohne gemeinsame Familienmahlzeit geht ein wesentlicher Bestandteil der Familie verloren.“ (Brombach 2000b:12)

„Auch und gerade bei einer [...] Verringerung des Umfangs an geteilten Erfahrungen und Kontakten wächst den Mahlzeiten als Restbestand und Schnittmenge geteilter Zeit und Kommunikation eine wesentliche Zusatzbedeutung zu, wobei der eigentliche Anlaß des Essens um die Dimensionen von Sozialkontakten und Kommunikation angereichert ist. Die gemeinsame Mahlzeit ist dementsprechend ein vielschichtiger sozialer Anlass mit weitreichender symbolischer und emotionaler Bedeutung.“ (Kutsch 1993:110f.)

Der Aufwand, eine gemeinsame Familienmahlzeit zu organisieren, ist immens und durch die beschriebenen gesellschaftlichen Veränderungen noch gestiegen (MURCOTT 1997:33, BROMBACH 2000b:6ff.). So bedarf es der aktiven Abstimmung und Organisation, um die



unterschiedlichen Alltagsrhythmen zu synchronisieren und gemeinsame Familienmahlzeiten<sup>40</sup> zu planen (MEYER 2002:59).

Im Stellenwert der Mahlzeiten in Familienhaushalten zeigt sich die doppelte Zugehörigkeit des Ernährungsverhaltens als biologische Notwendigkeit und als sozial vermittelte Handlung (BROMBACH 2002b:1; KÜSTER 1996:89). Auf der einen Seite müssen die physiologischen Grundbedürfnisse aller Haushaltsmitglieder an Nährstoffen befriedigt werden. Kinder und Jugendliche werden nach altersgerechten Bedürfnissen versorgt. Um dieses zu gewährleisten, muss der Haushalt über Ressourcen wie Zeit, Geld, Arbeitskraft und -materialien, aber auch die entsprechenden Kompetenzen verfügen. Die „Mütter sehen sich hier gefordert, die richtige (d.h. nach Geschmacksvorlieben, zeitlichen Restriktionen, gesundheitlichen Aspekten, ökonomischen Erwägungen) Auswahl zu treffen“ (BROMBACH 2002b:6). Allerdings ist Beköstigung wie jede andere Haushaltstätigkeit nicht nur Arbeit, sondern immer auch Fürsorge (v. SCHWEITZER 1991:136, KÜSTER 1996:93).

„Der Sinn des Kochens liegt für sie (die Mütter, Anm. d. Verf.) nicht in der ‚Sättigung‘ dem ‚Nachladen von Kalorien‘. Die Frauen geben dem Kochen vielmehr einen mehrdimensionalen Sinn, der die physiologische Dimension ebenso enthält wie die gesundheitliche, die soziale und die kulturelle.“ (SELLACH 1996:155)

Es geht nicht allein darum, ein sättigendes Essen auf den Tisch zu bringen, sondern es soll natürlich auch allen schmecken und möglichst gesund sein. Dieses alles *unter einen Hut* zu bringen ist nicht einfach. Besonders für berufstätige Frauen wird dies zu einer Gratwanderung (BROMBACH 2002b:5f.; SELLACH 1996:154). Gerade an dem hohen Aufwand für die Organisation der gemeinsamen Mahlzeiten, die von den Müttern ein hohes Maß an Flexibilität erfordern (BROMBACH 2002b:9), zeigt sich zum einen, dass trotz enger Spielräume versucht wird, qualitative Standards aufrecht zu erhalten. Zum anderen spiegelt sich hier auch die Bedeutung wider, die die Familien den gemeinsamen Mahlzeiten zuschreiben.

Weiterhin ist die Familie primäre Sozialisationsinstanz – natürlich auch für den Bereich der Ernährung: Kinder lernen hier den Umgang mit Nahrungsmitteln und soziale Regeln. Im Familienhaushalt werden Bewertungen, Normen und Praktiken der Nahrung und Ernährung vermittelt (GERHARDS/RÖSSEL 2003:32ff.; KREMERS/BRUG et al. 2003:44; BROMBACH 2002a:175; HEYER 1999:27; KUTSCH 1996:268ff; CHARLES/KERR 1988:1). Auch in dieser Hinsicht haben Studien gezeigt, dass die ernährungspädagogischen Aufgaben ganz überwiegend bei den Müttern liegen (KUTSCH 1996:270). Die in der Kindheit

---

<sup>40</sup> Mahlzeiten stellen zeitliche und räumliche Strukturgrößen der Ernährung in Haushalten dar und sind gleichzeitig soziale Institution (MEYER 2002:6ff.).

erworbenen Ernährungs- und Geschmacksgewohnheiten sind für das gesamte Leben prägend (BROMBACH 2000a).

„An everyday activity like eating can be seen as a continuing process of learning. It is recurring training by experiences with high frequency leading to a stable habitual behaviour.“ (GEDRICH 2003:233).

Die Ernährungsweise von Kindern entsteht dabei in Abhängigkeit von den anderen Familienmitgliedern. So steht auch die praktizierte Ernährungsweise der Familie mit den individuellen Ernährungsgewohnheiten der einzelnen Familienmitglieder in enger Verbindung (HANNON/BOWEN et al. 2003:81, STRATTON/BROMLEY 1999:90ff.; ausführlicher in Kap. 2.2.3.2).

Wie die gesamte Alltagsarbeit wird auch die Ernährungsversorgung im Haushalt durch Routinen und Gewohnheiten geprägt (siehe auch Kap. 2.2.1.2). V. FERBER beschreibt die Nahrungsaufnahme als institutionalisierte Verhaltensweise, da sie eine täglich wiederkehrende Handlung und in einen räumlichen (z. B. Küche, Esszimmer) und zeitlichen (Mahlzeiten) Zusammenhang eingebettet ist (V. FERBER 1980:222). Durch eine hohe Wiederholungsfrequenz verfestigen sich die Verhaltensmuster im Zeitverlauf (KUTSCH 1996:261). Die einzelnen Handlungen basieren nicht immer auf bewussten Entscheidungen, sondern geschehen oft unbewusst, aus Gewohnheit (FURST/CONNORS et al. 1996:247).

„Obwohl wir unseren Alltag als ungeordnet und hochkomplex empfinden mögen, ist der Ess-Alltag durch routinemäßige und habitualisierte Handlungen ausgezeichnet.“ (BROMBACH 2002a:173)

Dieser ritualisierte, gewohnheitsmäßige Umgang ist notwendig, um mit der Komplexität des Handlungsbereiches umgehen zu können. Allerdings merkt BROMBACH an, dass Lebensmittel auch erst beschafft und zubereitet werden müssen, bevor etwas verzehrt werden kann. „Essen als Handlung ist daher im strengen Sinne nicht ungeplant oder ungeordnet.“ (BROMBACH 2002a:173)

Nach der ausführlichen Darstellung der Prinzipien von Ernährungsversorgung in Familienhaushalten steht im nächsten Kapitel im Mittelpunkt, wie aus den unterschiedlichen Verantwortungen, Vorlieben und Vorstellungen der Haushaltsmitglieder ein gemeinsamer Familien-Ernährungsstil entsteht.

### **2.2.3.2 Wie entsteht in Haushalten ein gemeinsamer Familien-Ernährungsstil?**

#### **Aushandlungsstrategien und Entscheidungsfindungsmuster**

Die komplexen Einflussfaktoren auf den Ernährungsstil wurden weiter oben schon beschrieben – auch für die Familien-Ernährungsweise sind Werte und Einstellungen, Ressourcen und Lebenslagen prägend. Entsprechend dem Konzept des Haushaltsstils

(siehe Kap. 2.2.1.2) geht es hierbei um die Schaffung von Gemeinsamkeiten. In diesem Kapitel steht das Familiensystem des Haushalts im Mittelpunkt. In einer Familie leben Menschen unterschiedlichen Geschlechts und Alters zusammen, und es ist wahrscheinlich, dass hier verschiedene Ernährungsstile aufeinander treffen. Zunächst einmal bringen die Eltern bzw. die erwachsenen Personen im Haushalt ihren eigenen ernährungsbiographischen Hintergrund aus den Herkunftsfamilien mit in die Familie, den sie miteinander abstimmen müssen. Als Frau bzw. als Mann haben sie ihr Ernährungsverhalten in Abhängigkeit von gesellschaftlichen und kulturellen Vorstellungen von dem, wie sich ein Mann bzw. eine Frau ernährt oder wie er/sie aussehen soll, entwickelt (BOVE/SOBAL/RAUSCHENBACH 2003:26; METHFESSEL 1999:31, siehe auch Kap. 2.2.2.3). Weiterhin von Bedeutung sind die jeweilige Persönlichkeit und individuellen Ernährungsvorlieben. Im Kontext nachhaltiger Ernährungsweisen sind Wertvorstellungen in Bezug auf die Ernährung und auf Aspekte der Nachhaltigkeit von besonderer Bedeutung. Diese stehen durch ihre multifaktorielle Verknüpftheit sowohl mit biographischen, genderbezogenen, sozialen, kulturellen und psychischen Aspekten in Verbindung. Aber nicht nur die Entscheidungsfindung für eine bestimmte Ernährungsweise ist im Familienkontext von Bedeutung, sondern auch die Verteilung der damit verbundenen Tätigkeiten und Verantwortlichkeiten in der Umsetzung dieser Ernährungsweise. KLOCKE/PELLERBERG/LÜCK beschreiben zum Beispiel, dass beim Übertritt in die Familienphase die individuellen Lebensstile von Frauen einem deutlich stärkeren Wandel in Richtung häuslicher Lebensstile unterliegen als die der Männer, deren Lebensstilprofile weitgehend vom Haushaltskontext unbeeindruckt bleiben (KLOCKE/PELLERBERG/LÜCK 2002:82).

Weiterhin ist der Einfluss der Kinder zu berücksichtigen. Je nach Alter haben sie einen unterschiedlichen Einfluss auf das Ernährungsverhalten der Familie. Durch die Geburt eines Kindes verändert sich vieles im Haushaltssystem – sowohl was die Ernährung angeht als auch die Verteilung der Haushaltsarbeit. Bei Familien mit Säuglingen und Kleinkindern ist häufig eine zunehmende Bedeutung von gesundheitlichen Aspekten zu beobachten. Auch die erzieherische Verantwortung der Eltern für das gesamte Handlungsfeld der Ernährung kommt zum Tragen: Es werden kulturelle Werte und Normen rund um das Essen vermittelt, Tischmanieren, aber auch die emotionale, sinnliche Seite des Essens. Je älter die Kinder werden, desto mehr Gewicht bekommt die Peergroup, die bestimmt, welche Ernährung cool ist. Bei Jugendlichen wird die Ernährungsweise zum Teil auch als Abgrenzung gegenüber den Eltern eingesetzt. Wie in allen anderen Bereichen der Erziehung spielen mit zunehmendem Alter natürlich auch andere Sozialisationsinstanzen wie die Schule, die Medien und das soziale Umfeld eine

große Rolle. Ein ganz entscheidender Aspekt ist in diesem Zusammenhang auch die Rolle der Ernährung bei der Entwicklung von Geschlechtsidentitäten von Jungen und Mädchen in der Pubertät (METHFESSEL 1999:31ff., siehe Kap. 2.2.2.3)

Die unterschiedlichen ernährungsbezogenen Einstellungen, Erwartungen und Prägungen der einzelnen Haushaltsmitglieder müssen für die Entwicklung eines gemeinsamen familialen Ernährungsstils in Abstimmungsprozessen zusammengebracht werden.

### ENTSCHEIDUNGSFINDUNGSPROZESSE UND AUSHANDLUNGSSTRATEGIEN ZWISCHEN DEN PARTNERN

Das Paar bildet in der Regel die Basis einer Familie. Ernährungsweisen, die Partner miteinander entwickeln, sind grundlegend für das Ernährungsmuster der späteren Familie und prägen auch das der Kinder. Von besonderem Interesse ist dabei die Anfangsphase des Zusammenlebens, da sich in dieser Zeit gemeinsame Ernährungsmuster ausbilden (BROWN/MILLER 2002:221). KEMMER/ANDERSON/MARSHALL vergleichen diese Phase mit anderen entscheidenden Entwicklungsstufen wie der Kindheit oder der Adoleszenz (1998:48). Da Essen eine soziale Handlung ist, steht es immer auch unter dem Einfluss von anderen. Der Einfluss des Lebenspartners ist dabei natürlich besonders bedeutsam.

Wenn Paare zusammenziehen und einen gemeinsamen Haushalt gründen, hat dies Einfluss auf das Ernährungsverhalten beider. Sie sind gefordert, ihre persönlichen Ernährungsweisen zu einem gemeinsamen Ernährungssystem zu kombinieren (BOVE/SOBAL/RAUSCHENBACH 2003:26). Dabei ist die Beobachtung nicht überraschend, dass sich die Ernährungsmuster von Paaren einander annähern (DIES. 2003:26; KEMMER/ANDERSON/MARSHALL 1998:49ff.). Schon das Teilen der Wohnung, der Küche und der sozialen Netzwerke führt dazu, dass sich die Ernährungsmuster aneinander angleichen (BOVE/SOBAL/RAUSCHENBACH 2003:28). Das gemeinsame Essen stellt dabei jedoch nicht einfach nur die gekoppelte Organisation von zwei Alltagsabläufen dar, sondern ist für Paare eine feste und wichtige Institution für den Austausch im Beziehungsalltag. Essen nimmt einen zentralen Stellenwert in der Partnerschaft ein (KEMMER/ANDERSON/MARSHALL 1998:49).

„Much is at stake as couples negotiate food choices because eating, a central part of marital relationship, has the capacity to create both conflict as well as pleasure and to influence the health of both partners.” (BOVE/SOBAL/RAUSCHENBACH 2003:36)

Es wird sowohl von Männern als auch von Frauen berichtet, dass Mahlzeiten für beide Partner durch das zusammen Wohnen einen größeren Stellenwert bekommen haben, sie finden regelmäßiger statt und sind aufwendiger (BOVE/SOBAL/RAUSCHENBACH 2003:28). Unabhängig von dem Grad der Übereinstimmungen bzw. Differenzen streben die Partner

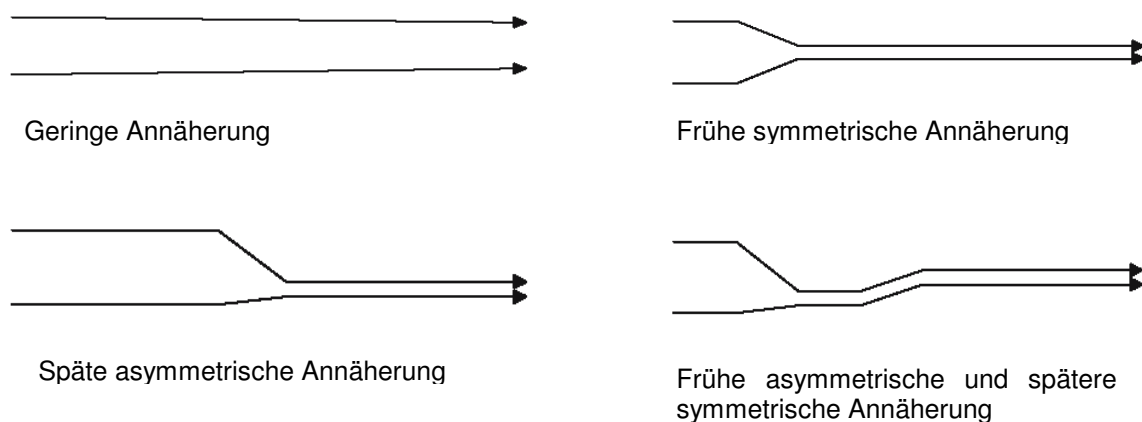
## 2.2 Ernährung als Handlungsfeld im Familienhaushalt

an, ihre Ernährungsweisen aufeinander abzustimmen (KEMMER/ANDERSON/MARSHALL 1998:48). Entweder passt sich ein Partner dem anderen an oder es werden Kompromisse geschlossen.

„For some couples the variety of foods consumed expanded for one partner and contracted for the other; for other couples the diversity of both partners' diets expanded with the union of partners' food repertoires.“ (Bove/Sobal/Rauschenbach 2003:29)

Der Anstoß zur Annäherung geht in der Regel von dem in Ernährungsentscheidungen flexibleren Partner aus. Der Prozess, die Symmetrie und der Grad der Annäherung sind jedoch unterschiedlich. Vielfältige Muster sind dabei denkbar:

ABB. 6: ANNÄHERUNGSMUSTER VON ERNÄHRUNGSWEISEN BEI PAAREN



(modifiziert nach BOVE/SOBAL/RAUSCHENBACH 2003:30)

Als Faktoren, die die Verknüpfung der Ernährungsweisen beeinflussen, werden zeitliche Restriktionen und Bequemlichkeitsaspekte genannt, gesundheitliche Argumente und die Aufteilung der Haushaltsarbeit.

Erlebnisse oder Erfahrungen, die die Partner jeweils vor dem zusammen Wohnen mit anderen Ernährungsweisen als der im Elternhaus üblichen gemacht haben, erweisen sich als bedeutsam für Ernährungsentscheidungen in der Partnerschaft. Am häufigsten erwähnt wurde hierbei das Ausziehen aus dem Elternhaus zum Studieren (DIES. 2003:30). Die außerfamiliären Erfahrungen erleichtern die Entwicklung von gemeinsamen Ernährungsmustern. Ebenso ist zu beobachten, dass beide Partner weiterhin individuelle Ernährungsmuster beibehalten, was ebenfalls die Verschmelzung zu einer gemeinsamen Ernährungsweise unterstützt.

## 2.2 Ernährung als Handlungsfeld im Familienhaushalt

---

„Food individualism was a vital component of food negotiation process, often serving as a problemsolving conflict management strategy that enabled the value norm of dietary convergence to proceed amicably. Opportunities to eat favorite foods at least occasionally helped marital partners to converge on less-than-favorite foods at other times.“ (BOVE/SOBAL/RAUSCHENBACH 2003:37)

Auf diese Weise bleibt Freiraum für die eigenen, mit dem des Partners nicht kompatiblen Vorlieben. Dies wird je nach Kongruenz der Ernährungsweisen und Kompromissbereitschaft der Partner unterschiedlich gehandhabt. So kann beobachtet werden, dass bestimmte Mahlzeiten im Paaralltag den Stellenwert von Paarmahlzeiten haben, bei denen beide Partner das Gleiche essen. Dies sind eher die warmen Hauptmahlzeiten. Bei anderen Mahlzeiten wiederum ist es durchaus akzeptiert, dass sich beide entsprechend ihrer individuellen Vorlieben versorgen. Rückzugsgebiete für die individuellen Ernährungsvorlieben bleiben Situationen, bei denen die Partner nicht gemeinsam Essen, z. B. außer Haus oder bei Abwesenheit des anderen.

„Health and nutrition practice may benefit by understanding that the life course transition into marriage is a time of dietary change and thus provides a window of opportunity for changing food choice trajectories to encourage healthier eating.“ (BOVE/SOBAL/RAUSCHENBACH 2003:39)

Entscheidungen über die Ernährungsweise hängen zusammen mit dem Ausbalancieren von Macht, Kontrolle und Autonomie in der frühen Beziehung. Daher ist Gender ein wichtiger Faktor in der Entwicklung von gemeinsamen Ernährungsmustern. In diesem komplexen Gefüge spielen Rollen, Werte und Erfahrungen eine zentrale Rolle (KEMMER/ANDERSON/MARSHALL 1998:49). Auch wenn die Ernährungsverantwortung und die Ausführung der damit verbundenen Arbeiten überwiegend von Frauen getragen werden, ist zu beobachten, dass der Einfluss der Männer auf die Ernährungsweise erheblich ist. Frauen haben zwar die Verantwortung, aber nicht die Kontrolle über die familiäre Ernährungsweise (SETZWEIN 2003:213; BOVE/SOBAL/RAUSCHENBACH 2003:38; BROWN/MILLER 2002:215; CHARLES/KERR 1988:237).

„The women of Murcott's and Charles and Kerr's studies were predominantly economically dependent on their husbands, which according to Pahl's model, ensured that when they spent money on, for example food, their power of choice was eroded by a perceived need to defer to the choices of the husband, who had the power to decide how the money was spent.“ (KEMMER/ANDERSON/MARSHALL 1998:50)

„Die Auswahl der Nahrung (wird) für das gemeinsame Essen zumeist am Geschmack des männlichen Familienoberhaupts ausgerichtet [...]. Im zweiten Rang stehen dann die kulinarischen Vorlieben der Kinder, welche die Frauen mit den Essenswünschen ihrer Partner entweder auszubalancieren suchen oder gelegentlich auch mit der sprichwörtlichen Extrawurst bedienen. Die eigenen geschmacklichen Vorlieben werden dagegen häufig hintangestellt.“ (SETZWEIN 2003:213)

SETZWEIN beschreibt, dass sich im Ernährungsstil Hierarchien widerspiegeln und durch die gesellschaftlich den Frauen zugewiesene Zuständigkeit und Verantwortung patriarchale Verhältnisse reproduziert werden (SETZWEIN 2003:211ff.). Eine Sekundärauswertung von Interviews zu nachhaltigen Konsumstilen hat gezeigt, dass zwar

in vielen Handlungsbereichen im Haushalt die Zuständigkeit bei den Frauen liegt, diese aber damit nicht automatisch Gestaltungsmacht haben. So nehmen Männer zum Teil deutlichen Einfluss auf das Handeln der Frauen was den Fleischkonsum oder den Kauf von Getränkedosen betrifft (EMPACHER/HAYN et al. 2001:8).

Aus der Genderperspektive gibt es interessante Befunde zur Annäherung von Ernährungsweisen in der Partnerschaft. So berichten Frauen, dass sie mehr Fleisch, Männer hingegen weniger Fleisch als vor der Partnerschaft essen. Die gleiche Tendenz lässt sich bezüglich des Alkoholkonsums nachweisen. Bei Männern nimmt die Sortenvielfalt des verzehrten Gemüses zu – bei Frauen eher ab. Mit diesen Beobachtungen wird die Vermutung gestützt, dass die Ernährungsweisen durch das zusammen Wohnen bei Männern eher gesünder, bei Frauen eher ungesünder werden (BOVE/SOBAL/RAUSCHENBACH 2003:38; HANNON/BOWEN et al. 2003:77). In der Studie von BOVE/SOBAL/RAUSCHENBACH zeigt sich jedoch auch, dass Einigung auf einen gemeinsamen Ernährungsstil in Gesundheitsfragen nicht immer dem gängigen Gendermuster entspricht und dass sowohl Männer als auch Frauen ein gesünderes Essen anstreben (BOVE/SOBAL/RAUSCHENBACH 2003).

### DIE ROLLE DER KINDER BEI DER ENTWICKLUNG EINES FAMILIEN-ERNÄHRUNGSSTILS

Durch die Veränderung der Kindheit in den letzten Jahrzehnten und der damit verbundenen Anerkennung des Selbstbestimmungs- und Mitspracherechts von Kindern ist der Einfluss von Kindern auf die Gestaltung der Ernährung in einer Familie immens gestiegen (COVENEY 1999:259). METHFESSEL spricht von einer „Kindheit des Aushandelns“, es gibt weniger Selbstverständlichkeiten und es darf hinterfragt werden (METHFESSEL 2004:37). Dies wirkt sich natürlich auch auf die Ernährungsweise aus. In den allermeisten Familien muss nicht mehr gegessen werden, was auf den Tisch kommt. Die Meinungen und Wünsche der Kinder werden von den Eltern – und wenn es um die Ernährung geht, vor allem von den Müttern – sehr ernst genommen. Das Essen soll den Kindern schmecken und sie sollen die Mahlzeiten genießen (BROMBACH 2000a:7; STRATTON/BROMLEY 2002:104; SELLACH 1996:155). Die Beteiligung von Kindern an der Hausarbeit hat seit 1980 abgenommen, was METHFESSEL damit begründet, dass die Mädchen zu Recht nicht einsehen, mehr Hausarbeit als die Jungen zu machen, was aber zu einer Nicht-Beteiligung führt (METHFESSEL 2004:37).

Das prinzipielle Mitbestimmungsrecht schon von Kleinkindern bringt nicht selten einen Konflikt verschiedener Leitbilder mit sich – denn Frauen ist es wichtig, ihre Kinder gesund zu ernähren. Das Bild einer guten Mutter beinhaltet auch immer, dass die Kinder gut und gesund essen (COVENEY 1999:271). Diese Anforderung zu managen kann einer

Quadratur des Kreises nahe kommen: Es gilt, ein für die Kinder leckeres, aber gleichzeitig abwechslungsreiches und gesundes Essen zuzubereiten. Es ist dabei ganz besonders wichtig, dass die Kinder Obst und Gemüse essen (STRATTON/BROMLEY 2002:103).

Je nach Alter werden sich die Ansprüche der Kinder verändern. Den Wunsch nach Abwechslung beim Essen wird von kleineren Kindern meist nicht geteilt. Die Auswahl an möglichen Zutaten und auch Zubereitungsweisen ist im Vorschulalter oft sehr eingeschränkt. Zudem ist für kleinere Kinder die Ernährungssituation und die Darreichungsform des Essens ganz entscheidend: der Lieblingsteller, die richtige Sitzordnung am Familientisch, das Brot kleingeschnitten und die Soße neben, nicht auf die Nudeln. Mit zunehmendem Alter werden die Einflüsse von außen größer, zum Beispiel durch die Peergroup und die Medien (KUTSCH 1996:271). STRATTON und BROMLEY haben in einer Studie zu den Einflüssen auf die Nahrungswahl in Familien betont, dass die Werbung einen Einfluss auf die Wünsche der Kinder hat. Von den Familien werden diese Wünsche jedoch nicht als Druck empfunden, sondern eher positiv als eine Anregung für den Einkauf (STRATTON/BROMLEY 2002:104). Der durch die Kinder von außen in die Familien getragene Einfluss auf die Familienernährung wird in der Ernährungserziehung als Chance gesehen, gesunde und auch ökologische Veränderungen am Familientisch zu bewirken (KUTSCH 1996:275). Auch der *Zeitgeist*, die entsprechenden Themen der Jugendkultur werden so zu einem Einfluss und können als gesellschaftliches Leitbild wirken. Die Ernährungsstile und -wünsche von Jugendlichen orientieren sich jedoch auch immer stark an den von der Familie vermittelten Leitbildern (GERHARDS/RÖSSEL 2003:91).

Im Laufe des obigen Abschnitts ist deutlich geworden, dass die Entwicklung eines Familienernährungsstils einer komplexen Dynamik unterliegt. Die Ernährungsvorlieben und -vorstellungen der einzelnen Haushaltsmitglieder sind nicht nur eine individuelle Variable, sie spiegeln gesellschaftliche Rollenvorstellungen und Normen wider. Bei der Entwicklung der familialen Ernährungsweise spielen die Beziehungsebene zwischen den Partnern, die Machtstrukturen sowie die gesellschaftlich verankerten Rollenbilder eine wichtige Rolle. Aufgrund der klar den Frauen zugewiesenen und von ihnen angenommen Verantwortung für die Ernährungsversorgung bedeutet dies für Mütter auch die Zuständigkeit für das Management des Familienernährungsstils (STRATTON/BROMLEY 2002:104, CHARLES/KERR 1988:85). Aufgrund der besonderen Bedeutung, die die gemeinsame Mahlzeit als konstituierendes Element des Familienlebens hat (BROMBACH 2000a:6), steht auch der Auftrag zur Schaffung von Gemeinsamkeiten außer Frage. Die unterschiedlichen Bedürfnisse, Vorstellungen und Wünsche der Haushaltsmitglieder müssen miteinander verknüpft werden.



### 2.2.3.3 Umsetzung nachhaltiger Ernährungsweisen im Familienhaushalt

Die bisherigen Abschnitte des Kapitels 2.2 haben sich umfassend mit der Komplexität des Haushalts und des Handlungsbereichs der Ernährung auseinander gesetzt, um die Bedingungen und den Kontext für eine nachhaltige Ernährungsweise transparent zu machen. Auf dieser Basis ist es möglich, ein Verständnis dafür zu entwickeln, wie nachhaltige Ernährung und die in Kapitel 2.1.5 formulierten Handlungsempfehlungen aus der Perspektive der Haushalte wahrgenommen werden. Im kommenden Abschnitt werden die Anforderungen einer nachhaltigen Ernährungsweise mit der Alltagsrealität der Familienhaushalte in Verbindung gebracht. Folgende Fragen stehen dabei im Vordergrund:

- Wie wird die Problematik der Nachhaltigkeit bzw. der nachhaltigen Ernährung von den privaten Haushalten wahrgenommen und bewertet?
- Wie sind die aktuellen Ernährungsstile von Familien unter Nachhaltigkeitsgesichtspunkten zu bewerten?
- Welchen Stellenwert haben Nachhaltigkeitsaspekte bei der Gestaltung der Ernährung in den Haushalten?
- Welche Potenziale, aber auch welche Barrieren zeigen sich bei der Umsetzung der Leitbilder für nachhaltige Ernährungsweisen?

Zurückgreifend auf die in Kapitel 2.1 dargestellten Problemlagen ist die Frage der nachhaltigen Entwicklung zu einer Grundsatzproblematik moderner Industriegesellschaften geworden. In den 1970er und 1980er Jahren hat eine öffentliche Diskussion um die Notwendigkeit der ökologischen Umorientierung begonnen, die sich auch in den Haushalten widerspiegelte. Seit der Konferenz in Rio de Janeiro 1992 wurde diese Debatte um soziale und ökonomische Aspekte erweitert. In diesem Kontext haben sich verschiedene Forschungszweige entwickelt. So beschäftigt sich seit den 1980er Jahren die Umweltbewusstseinsforschung<sup>41</sup> mit der Rezeption der Problematik in der Bevölkerung. Die dabei immer wieder festgestellte Lücke zwischen Umweltbewusstsein

---

<sup>41</sup> Das ursprüngliche wissenschaftliche Konstrukt des Umweltbewusstseins dieser Forschungsrichtung besteht aus den drei Hauptdimensionen Umweltwissen, Umwelteinstellungen und Umweltverhalten. Es wird erforscht, „...wie das Bewusstsein der Einzelnen den Themenbereich Umwelt [...] wahrnimmt und reflektiert, also welche Resonanz diese Kommunikation bei ihm oder ihr erzeugt und welche Handlungen oder Handlungsintentionen dadurch angestoßen werden“ (GRUNENBERG/KUCKARTZ 2003:26). In vielen Bereichen hat sich jedoch ein Begriffsgebrauch durchgesetzt, der das Verhalten und das Bewusstsein trennt, z. B. bezüglich der Diskrepanz zwischen Umweltbewusstsein und Umweltverhalten.

und tatsächlichem Umweltverhalten ist ebenso Gegenstand dieses Forschungsbereichs. Aufgrund der offensichtlichen Bedeutung sozialstruktureller Faktoren für das Umweltverhalten der Bevölkerung gewinnt in den 1990er Jahren der Begriff des Lebensstils in der Umwelt- und Nachhaltigkeitsdebatte an Bedeutung. Dieser trägt der Tatsache Rechnung, dass die Individuen in eine Vielzahl unterschiedlicher Handlungskontexte und Erfahrungsräume eingebunden sind (POFERL 2004:81ff.; SCHNEIDER 2003:132; ERDMANN/SOHR et al. 2000:123). Für haushalts- und ernährungsbezogene Zusammenhänge ist die sich parallel entwickelnde Diskussion um nachhaltigen Konsum von besonderem Interesse. Der Begriff des Konsums wird in der Debatte um nachhaltigen Konsum weit gefasst. Er wird im Handlungskontext betrachtet und als mehrstufiger Prozess und eigenständiger Handlungsbereich begriffen. Der prozessorientierte Konsumbegriff ist daher auch auf den Bereich der Ernährung zu übertragen. Es geht nicht nur um die reine Kaufentscheidung (oder Nahrungswahl), sondern

- beginnt mit der Bedürfnisreflexion,
- geht weiter über die Kriterienwahl und -gewichtung für die Nutzungs- und Beschaffungsentscheidung (Präferenzbildung),
- führt zu Informationssuche und entweder zur Beschaffung oder zum Nichtkauf.

Dem folgt der eigentliche Konsum, die Gebrauchsphase des Gutes. Bei Nahrungsmitteln umfasst diese Phase die Lagerung, Zubereitung und den Verzehr. Am Ende des Konsumprozesses steht die Entsorgung oder das Weggeben (SCHERHORN/REISCH/SCHRÖDL 1997:12; SCHNEIDER 2003:132; BRUNNER 2005:194).

Damit bietet dieser Forschungsbereich viele Anknüpfungspunkte an die haushaltswissenschaftliche Sicht auf den Konsum als einen Bereich häuslicher Handlung und als Voraussetzung für die Haushaltsproduktion (siehe Kap. 2.2.1.1) und Teil der Beköstigungsarbeiten (siehe Kap. 2.2.3.1).

Auch die Forschungsergebnisse aus dem Bereich des nachhaltigen Konsums und der nachhaltigen Ernährung zeigen deutlich die strukturierende Bedeutung der Determinanten des Lebensstils (POFERL/SCHILLING/BRAND 1997; EMPACHER/GÖTZ/SCHULTZ 2000, BRUNNER 2003:262). Zunächst transportierte die Debatte um Lebens- und Konsumstile in Verbindung mit Umwelt- oder Nachhaltigkeitsaspekten in erster Linie den moralischen Appell *Ändere Dein Leben* (RINK 2002:29; SCHNEIDER 2003:132). Im Nachhaltigkeitskontext wird der Begriff *Lebensstil* häufig auch als Lebensweise einer ganzen Gesellschaft verstanden – im Sinne von westlichem Lebensstil (REUSSWIG 1994:15). Die Veränderung eben dieses Lebensstils wird im Rahmen nachhaltiger

Entwicklung als ein entscheidendes Instrument für das Erreichen sozialer und ökologischer Ziele gesehen (z. B. BUND/MISEREOR 1996). Der Singulargebrauch transportiert dabei die Vorstellung einer wünschenswerten allgemeinen Lebensweise, die auf einzelne Menschen oder Haushalte heruntergebrochen wird (SCHNEIDER 2003:132). Vielen dieser Konzepte liegt jedoch kein theoretisch fundiertes und an der gesellschaftlichen Realität angebundenes Verständnis von Lebensstilen zugrunde (RINK 2002 30). So kommt es dazu, dass

„[...] die teilweise normativ überhöhten Erwartungen an die KonsumentInnen im Rahmen von Nachhaltigkeitskonzepten, die oftmals die sozialen Kontexte, die Handlungsmöglichkeiten und -restriktionen der Menschen ausblenden, die Umsetzungsprobleme von Nachhaltigkeitsanforderungen unterschätzen.“ (BRUNNER 2003:257)

Um die Anschlussfähigkeit zwischen dem gesamtgesellschaftlich wünschenswerten Lebens- bzw. Ernährungsstil und der Handlungsebene der Menschen herzustellen, bietet die sozialwissenschaftliche Lebensstilforschung viele Ansatzpunkte. Hier werden zum einen die Handlungsvoraussetzungen im Sinne der sozialstrukturellen Einflussfaktoren erfasst (siehe auch Kap. 2.2.2). Zum anderen werden die Lebens-, Konsum- oder auch Ernährungsstile als eine Ausdifferenzierung der gesamtgesellschaftlichen Lebens-, Konsum- oder Ernährungsweise verstanden (SCHNEIDER 2003:132).

Die Einbindung in vielfältige Handlungsbezüge führt dazu, dass Ernährungsstile eine Beharrungskraft und Stabilität besitzen, die radikale Veränderungen unwahrscheinlich macht (BRUNNER 2003:259). Auf der Grundlage von Studien zu nachhaltigen Konsum- oder Ernährungsmustern zeigt sich, dass ein unter Nachhaltigkeitsgesichtspunkten optimales Ernährungsverhalten<sup>42</sup> aufgrund vielfältiger Handlungszwänge und Motivambivalenzen nur selten praktiziert wird (DERS. 2003:262). Wie in anderen Bereichen zeigt sich auch hier der *Patchworkcharakter* ökologischen Handelns – es wird selten ein rundum konsistentes Verhalten gezeigt, meistens werden nur einzelne Bereiche abgedeckt (REUSSWIG 1994:113ff.; SCHNEIDER 2003:133).

Im Folgenden wird versucht, die in verschiedenen Studien gewonnenen Erkenntnisse zu nachhaltigen Lebens- und Ernährungsweisen mit den Eckpunkten des Determinantendreiecks für Ernährungsstile (Abb.4) zu verknüpfen und dabei die Handlungsperspektive des Haushalts in den Mittelpunkt zu stellen: die nachhaltige Ernährungsweise als haushälterische Handlung.

---

<sup>42</sup> BRUNNER beschreibt dies als eine Ernährungsweise, die wenig Fleisch enthält und vorrangig aus biologisch erzeugten Produkten besteht.

### WERTE/LEBENSEINSTELLUNGEN

Entsprechende Werte und Einstellungen zeigen sich immer wieder als ganz wesentliche und relevante Determinanten für nachhaltiges Verhalten. Aufgrund des normativen Charakters eines nachhaltigen Leitbilds ist nicht mit entsprechenden Verhaltenseffekten zu rechnen, wenn keine grundsätzliche Zustimmung besteht. Es bedarf für die Übernahme von Verantwortung durch eigenes nachhaltiges Handeln also einer ethischen Fundierung (LECHER 1997:182).

Aktuelle Umfragen der Umweltbewusstseinsforschung kommen zu dem Ergebnis, dass der Umweltschutz in den Augen der Bevölkerung weiterhin ein bedeutsames Thema ist, auch wenn andere politische Themen wie Arbeitslosigkeit oder Rentensicherheit diesen seit den 1980er Jahren vom Spitzenplatz der Liste aktuell wichtiger Themen verdrängt haben. Bei den Bürgern besteht aber nach wie vor eine hohe Sensibilisierung für Umweltthemen. So sind um die 80 % von der Notwendigkeit des Umweltschutzes überzeugt (GRUNENBERG/KUCKARTZ 2003:31). Dass nachhaltigkeitsbezogene Werthaltungen in Bezug auf Ernährung eine wesentliche Rolle spielen, haben HOLM und KILDEVANG herausgefunden:

„Concerns about food are based on worries not only about health but also about agriculture, ecology and food culture.“ (HOLM/KILDEVANG 1996:1).

Etwas differenzierter stellt sich das Bild jedoch dar, wenn nach der konkreten Handlungsbereitschaft oder der Übernahme von Verantwortung gefragt wird. POFERL, SCHILLING und BRAND haben auf der Basis einer empirischen Untersuchung im Auftrag des Umweltbundesamtes eine Typologie von fünf Umweltmentalitäten entwickelt, die verschiedene identifizierte Einstellungen zur Umweltproblematik repräsentieren. In Klammern ist jeweils der Prozentsatz der Befragten angegeben, die dem jeweiligen Typus zugeordnet werden können (GRUNENBERG/KUCKARTZ 2003:64).

- *Persönliches Entwicklungsprojekt (37 %)*: Dieser Typus verkörpert die Leitidee: *Bei sich selber anfangen und nicht auf andere warten*. Zentrale Aspekte, die die Einstellungen dieses Typs prägen, sind individuelle Entfaltung, Naturnähe, weniger Hektik und die Vorstellung eines besseren, umweltfreundlicheren Lebens.
- *Bürgerpflicht (42 %)*: Für diesen Typus ist umweltgerechtes Handeln eine Frage der zivilen Korrektheit. Man macht, was vorgegeben ist und was die anderen machen. Solange die Handlungen nicht allzu unbequem sind, ist man bereit, mitzumachen.
- *System-/Staatsorientierung (16 %)*: VertreterInnen dieses Typus halten Verhaltensänderungen angesichts des *Systems* für mehr oder weniger sinnlos. Gelegentlich werden umweltgerechte Verhaltensweisen praktiziert, aber man fühlt

sich im Grunde nicht zuständig und wehrt Anforderungen an das eigene Verhalten ab.

- *Indifferenz (4 %)*: Die Umweltprobleme werden von diesem Typus zwar wahrgenommen, aber man verhält sich ihnen gegenüber indifferent. Ein schlechtes Gewissen kommt dadurch nicht auf – man will sich durch die Probleme der Umwelt den Spaß nicht verderben lassen.
- *Weiter so (1 %)*: Dieser Typus ist geprägt durch ein entdramatisierendes Denkmuster. Die Umweltprobleme werden als übertrieben wahrgenommen (POFERL/SCHILLING/BRAND 1997:207ff.).

Bei genauerer Betrachtung der Gruppe mit besonders positiven und handlungsorientierten Einstellungen zu Umwelt- und Nachhaltigkeitsaspekten zeigt sich deutlich die Bedeutung grundlegender Wertorientierungen. So fördert eine starke Orientierung an postmaterialistischen Werten wie Toleranz, Solidarität, Kreativität und Eigeninitiative die Herausbildung von ausgeprägtem Umweltbewusstsein. Bei Menschen mit postmaterialistischen Wertorientierungen haben Freizeit bzw. Zeit einen höheren Stellenwert als Geld und Besitz. Sie sind gebildeter und politisch interessierter als Menschen mit anderen Wertorientierungen.<sup>43</sup> Die Orientierung auf Lebensgenuss und hedonistische Prinzipien zeigt sich als ein Hemmfaktor für Umweltbewusstsein.

BRUNNER beschreibt die hedonistische Gruppe jedoch aufgrund des Genusswertes biologisch erzeugter Nahrungsmittel als hoch anschlussfähig für nachhaltige Ernährungsweisen (BRUNNER 2003:263). Auch Religiosität ist ein positiver Beeinflussungsfaktor für pro-Umwelt-Einstellungen (GRUNENBERG/KUCKARTZ 2003:67f; 209ff.; 249f.). Als charakteristische Wert- und Mentalitätsmuster in Verbindung mit nachhaltigen Ernährungsmustern nennt BRUNNER außer den oben genannten auch Gleichberechtigung und Demokratieverständnis (BRUNNER 2003:263). Bei der Betrachtung von Wertmustern und Einstellungen zeigt sich auch die Bedeutung von Prioritätensetzungen. Dies spiegelt folgendes Zitat wider, welches ebenfalls den Zusammenhang zwischen Werten und Rahmenbedingungen illustriert:

---

<sup>43</sup> Die Postmaterialismusthese geht zurück auf INGLEHART (1977), er stützt sich dabei auf das Konzept der Bedürfnishierarchie von Maslow, der fünf Arten von Bedürfnissen unterscheidet, die in einem hierarchischen Verhältnis stehen. Die beiden untersten Ebenen – die physiologischen Bedürfnisse sowie Sicherheitsbedürfnisse – werden von INGLEHART als materialistisch bewertet, die darüber liegenden wie soziale Bedürfnisse und Bedürfnisse nach Wertschätzung, Erfolg und Wertschätzung als postmaterialistisch (LECHER 1997:67).

„Personale und soziale Institutionalisierungsmuster sind in der Entstehung von Umweltkognitionen nicht unabhängig voneinander. Geringe Ausmaße sozialer Normativität können sicherlich durch hohe Grade individueller Stabilität und Konsistenz von umweltbezogenen Kognitionen kompensiert werden. So wird sich derjenige mit stark ausgeprägtem Umweltbewußtsein nicht vom Kauf von Getränke-Mehrwegflaschen abhalten lassen, wenn sein nächstgelegener Händler diese nicht anbietet. Er wird bereit sein, auch zusätzliche Fahrt- und Zeitkosten zu erbringen. Andererseits ist es leichter, konsistente und stabile Wert und Einstellungshaltungen aufzubauen, wenn umweltbezogene Handlungssituationen nicht jeweils neu definiert und strukturiert werden müssen, sondern entsprechende Symbole und Verhaltensangebote auf gesellschaftlicher Ebene angeboten werden.“ (URBAN 1986:366)

### RESSOURCEN

Die signifikanten Einflussfaktoren für Einstellungen zum Umweltschutz und zur nachhaltigen Ernährung decken sich in weiten Teilen. So erweist sich die Bildung als entscheidendes Element. Mit steigender Bildung lassen sich zunehmend positive Umwelteinstellungen und die Umsetzung nachhaltiger Ernährungsmuster beobachten (GRUNENBERG/KUCKARTZ 2003:55; BRUNNER 2003:263). Bei den Personen, die umweltfreundliches Konsumverhalten praktizieren, sind Frauen und Menschen mit höherem Bildungsabschluss deutlich überrepräsentiert. Beide Gruppen sind auch bei der Umweltmentalität *persönliches Entwicklungsprojekt* deutlich überrepräsentiert (GRUNENBERG/KUCKARTZ 2003:65;147). Beim Einkommen ergeben sich bezüglich der Umwelteinstellungen wenige Effekte. Das Umweltbewusstsein wächst mit der Bildung weit stärker als mit finanziellen Ressourcen (DIES. :249). Es zeigt sich jedoch, dass Haushalte, die nachhaltige Ernährungs- oder Konsumstile praktizieren, über ein höheres Einkommen verfügen als die weniger nachhaltigen Haushalte (EMPACHER/GÖTZ et al. 2000).

### LEBENSLAGEN/HANDLUNGSAalternativen

Die Lebensform, der Lebenszyklus und die jeweilige Lebenslage haben ebenfalls einen entscheidenden Einfluss sowohl auf das Umweltbewusstsein als auch auf die konkrete Umsetzung nachhaltiger Ernährungsweisen. So ist vor allem Elternschaft ein wichtiger Faktor. Die positivsten Umwelteinstellungen finden sich bei Familien mit Kleinkindern; auch gesundheitsbewusste Haushaltsführung ist oft mit dem Vorhandensein von Kindern verbunden (BRUNNER 2005:208; GRUNENBERG/KUCKARTZ 2003:59). Elternschaft zeigt auch dann noch deutliche Effekte, wenn die Kinder nicht mehr mit im Haushalt leben. Der verstärkende Faktor der Elternschaft ist dabei unabhängig vom Geschlecht (GRUNENBERG/KUCKARTZ 2003:59). Ansonsten erweist sich das Geschlecht jedoch als ein entscheidender Einflussfaktor auf nachhaltige Lebens- und Ernährungsweisen. Die nachhaltigkeitsnahen Stile werden weit stärker von Frauen als von Männern repräsentiert, während sich die am wenigsten nachhaltigen Gruppen überwiegend aus Männern zusammensetzen (dazu noch ausführlicher im Abschnitt „Gender und nachhaltige

Ernährung“ weiter unten) (BRUNNER 2005:205; EMPACHER/GÖTZ et al. 2000:21). Des Weiteren ist nachhaltige Ernährung stärker mit einem urbanen Lebenskontext als mit einem ländlichen assoziiert (BRUNNER 2003:263).

Aufschlussreich ist das Ergebnis von Umfragen hinsichtlich der Differenzierung nach dem Umweltbewusstsein verschiedener Altersgruppen. So sind die positiven Einstellungen zum Umweltschutz tendenziell bei den unter 30-jährigen und bei den SeniorInnen niedriger als bei den Jahrgängen dazwischen. Da in früheren Studien eher die jüngeren Altersgruppen besser abgeschnitten haben, lässt sich hier ein Kohorteneffekt vermuten. Allerdings sind die Unterschiede nicht stark ausgeprägt, denn es sind auch bei den Jüngeren und den SeniorInnen relativ hohe Umwelteinstellungen zu finden (GRUNENBERG/KUCKARTZ 2003:54).

Aufgrund dieser Erkenntnisse ist deutlich geworden, dass bewusst praktizierte nachhaltige Ernährungsweisen nur in bestimmten sozialen Milieus und im Kontext weniger Lebensstile eine nennenswerte Rolle spielen. Nur in drei der insgesamt zehn Sinus-Milieus<sup>44</sup> ist eine Affinität für Bio-Produkte festzustellen. Dieses sind die *Postmateriellen*, die *modernen Performer* sowie die *bürgerliche Mitte* (BIO-VERLAG 2006:9). BRUNNER schätzt die nachhaltigkeitsnahen Gruppen auf 10 bis 20 % der Bevölkerung ein (BRUNNER 2003:263f.). Dies deckt sich mit den in der Sinus-Studie ermittelten 10 bis 15 % regelmäßiger Bio-Käufer (BIO-VERLAG 2006:5). Von den in einer Studie des Instituts für sozial-ökologische Forschung (ISOE)<sup>45</sup> ermittelten sieben Ernährungsstile ist nur das Segment der *ernährungsbewussten Anspruchsvollen* als nachhaltigkeitsnah einzustufen, dieses repräsentiert 13 % der Befragten (STIESS/HAYN 2005:19).

Die in der vorliegenden Studie befragten Familien sind alle den drei genannten Sinus-Milieus zuzuordnen (siehe Abb. 7, Kap. 3.1.4.). Elemente nachhaltiger Ernährungsweisen lassen sich jedoch auch im Kontext anderer Lebensstile finden. So entspricht zum Beispiel die Ernährungsweise in traditionell orientierten Haushalten in einiger Hinsicht den Vorgaben der nachhaltigen Ernährung.

---

<sup>44</sup> Die Sinus-Milieus sind das Ergebnis von fast 30 Jahren sozialwissenschaftlicher Forschung. Die Zielgruppenbestimmung orientiert sich an der Lebensweltanalyse unserer Gesellschaft (dazu auch Kap. 3.1.4.).

<sup>45</sup> Teil des Verbundprojekts „Ernährungswende – Strategien für sozial-ökologische Transformationen im gesellschaftlichen Handlungsfeld Umwelt-Ernährung-Gesundheit“ - gefördert vom BMBF als Ökoforum-Verbundprojekt im Rahmen des Förderprogramms „Sozial-ökologische Forschung“.

Es werden frische, regionale Produkte bevorzugt, die Speisen werden meist selbst zubereitet und auch Qualität spielt eine wichtige Rolle. Die Motive und dahinter stehenden Wertorientierungen unterscheiden sich jedoch deutlich von den vorher genannten Milieus. Die Regionalorientierung zum Beispiel entspringt eher traditionellen als ökologischen Wertmustern. Auch die in diesem Milieu bedeutsamen Werte wie Sparsamkeit, Sicherheit und Disziplin führen zu nachhaltigen Verhaltensmustern, ohne dies explizit zu beabsichtigen. So werden biologische Produkte in diesem Milieu fast gar nicht verwendet, und es ist eine hohe Fleischorientierung zu beobachten. Anschlussfähig für nachhaltige Ernährung ist in dieser Gruppe auch das Interesse an Gesundheitsthemen (BRUNNER 2003:264; BRUNNER 2001:218). Aufgrund der *Motivallianz* von Umwelt und Gesundheit werden nachhaltige Ernährungsweisen auch in Haushalten praktiziert, die keine ökologische Orientierung zeigen (BRUNNER 2001:219).

Letztendlich kann nachhaltiges Ernährungsverhalten auf unterschiedlichen Sinngebungen beruhen und mit ganz unterschiedlichen Stilisierungsabsichten innerhalb eines Lebensstils betrieben werden (SCHNEIDER 2003:133). Andersherum ist der Effekt des einkommensinduzierten Mehrkonsums bei der Beurteilung von der Nachhaltigkeit einzelner Lebensstile zu berücksichtigen: Da die Aufgeschlossenheit für nachhaltige Lebensweisen vor allem in den höheren Einkommensgruppen größer ist, wird der positive Effekt von bewusst umweltfreundlichen Verhaltensweisen nicht selten durch größere Konsumspielräume kompensiert. So ist es zum Beispiel für die Nachhaltigkeitsbilanz des Haushalts positiv zu verbuchen, wenn überwiegend biologische Lebensmittel eingekauft werden. Die größere Wohnfläche schlägt allerdings mit negativen Nachhaltigkeitseffekten (höherer Energie- und Flächenverbrauch, mehr Möbel- und Ausstattungsgegenstände) zu Buche.

Tabelle 3 gibt einen Überblick über die in der ISOE-Studie identifizierten ernährungsbezogenen Orientierungen und die Hypothesen zur sozialen Lage und Lebensstilorientierungen:



*Tabelle 3: Ernährungs- und Lebensstilorientierungen*

Ernährungsgrundorientierung	Hypothesen zur sozialen Lage und Lebensstilorientierungen
<p><i>Desinteressiert-beiläufig:</i> weder besonderes Interesse an Ernährung noch an Gesundheit, Essen soll schmecken und satt machen. Gegessen wird nebenbei und unregelmäßig. Kriterien beim Einkauf sind Geschmack und Preis. Kochen wird als lästig und zeitraubend wahrgenommen, hoher Anteil von Fertigprodukten und Fast-Food</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Singles und Paare ohne Kinder, jüngere Altersgruppen mit geringem bis mittlerem Einkommens- und Bildungsniveau.</li> <li>• mehr Männer als Frauen, individualistische Spaß- und Erlebnisorientierung</li> <li>• starker Peergroup-Bezug.</li> </ul>
<p><i>Funktional-körperbezogen:</i> Essen ist Grundlage für Schönheit und Leistung des Körpers. Körper wird als „Maschine“ gesehen. Blick auf spezifische leistungserhöhende Inhaltsstoffe (Vitamine, Mineralstoffe...) und auf das makellose Aussehen der Lebensmittel. Ernährung ist stark diszipliniert. Regelmäßige, kleine Mahlzeiten.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• verschiedene Alters-, Bildungs- und Einkommensgruppen in verschiedenen Ausprägungen.</li> <li>• ältere Menschen, Akademiker und Familien mit Kindern sind eher nicht vertreten.</li> <li>• bei Frauen Betonung auf Schönheit, bei Männern auf Fitness. Deutliche Freizeitorientierung.</li> </ul>
<p><i>Überfordert:</i> Eingeschränkte finanzielle Möglichkeiten – der Preis ist bei der Ernährung das zentrale Kriterium. Kaum Ernährungsinteresse. Gesundheitsaspekte sind nicht relevant. Es wird vor allem aus wirtschaftlichen Gründen selbst gekocht.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• niedriges Bildungsniveau, geringes Einkommen, Familien mit mehreren Kindern.</li> <li>• Angst vor sozialer Exklusion. Gefühl von Überforderung.</li> </ul>
<p><i>Pragmatisch-versorgend:</i> Ernährung unterliegt keinen besonderen Ansprüchen. Ernährung des Haushalts wird an den Wünschen und Bedürfnissen der Kinder ausgerichtet. Für diese ist auch der Gesundheitsaspekt relevant. Traditioneller, regelmäßiger Mahlzeitenrhythmus, Kochen ist aber eher lästige Pflicht. Es werden Convenience-Produkte verwendet.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• in Haushalten mit Kindern, mittlere Alters- und Einkommensgruppen, repräsentiert durch die Frauen, die die Ernährungsverantwortung übernehmen.</li> <li>• oft beide Eltern berufstätig. Familienorientierung, bei den Frauen häufig Gefühl der Überlastung.</li> </ul>
<p><i>Traditionell-eingebunden:</i> Ernährung ist selbstverständlicher Teil des (Alltags-)Lebens und fest in den Tagesablauf eingebunden. Es wird täglich gekocht und Vorratshaltung betrieben. Traditioneller Mahlzeitenrhythmus. Qualität ist wichtig, regionale und saisonale Produkte werden bevorzugt. Alle Tätigkeiten liegen klar im Zuständigkeitsbereich der Frauen und werden als wichtige Kompetenzen anerkannt. Gesundheit ist Thema in Bezug auf alters- und krankheitsbedingte Probleme.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• eher in ländlichen Regionen, obere Altersgruppen. Mittleres bis niedriges Einkommens- und Bildungsniveau.</li> <li>• traditionelle Arbeitsteilung. Lebensstilorientierungen sind traditionelle Werte (Gemeinschaft, Ordnung, Sauberkeit) und Sicherheit.</li> </ul>

Ernährungsgrundorientierung	Hypothesen zur sozialen Lage und Lebensstilorientierungen
<p><i>Ganzheitlich-natürlich:</i> Der Ernährung liegt ganzheitliches Konzept zugrunde, ganzheitliche Gesundheitsorientierung. Bewegung und naturbelassene Ernährung haben einen hohen Stellenwert. Es werden Einkaufsorte bevorzugt, die die Authentizität der Lebensmittel vermitteln. Preis spielt eine untergeordnete Rolle. Selbst-Kochen ist selbstverständlich und wird als Gestaltungsbereich wahrgenommen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• eher bei Frauen mit mittlerem bis hohem Bildungsniveau, mittleres Einkommen.</li> <li>• Schwerpunkt bei mittleren bis älteren Altersgruppen. Naturnähe und Affinität zu Kunst und Kultur.</li> </ul>
<p><i>Kultiviert-gepatchworked:</i> gehobene Ansprüche an Ernährung bezogen auf Auswahl der Zutaten, eigene Zubereitung und Mahlzeitengestaltung. Gilt jedoch nur für zelebrierte Abend- und/oder Wochenendmahlzeiten. Alltagsessen ist Nebensache. Einkaufsstätten sind entsprechend Markt/Bioladen und Aldi. Auch in Bezug auf Gesundheit ein Nebeneinander von Extremen: Arbeitsstress und Wellnesswochenende</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• häufiger bei Männern als bei Frauen, städtisches Umfeld, höheres Einkommens- und Bildungsniveau.</li> <li>• Beruf und Leistung haben einen hohen Stellenwert.</li> </ul>

(EMPACHER/HAYN 2005:228ff.)

Die Tabelle zeigt, dass der Stellenwert nachhaltiger Ernährung in verschiedenen Milieus sehr unterschiedlich ist. Der jeweilige Handlungskontext und Deutungshorizont der Familien ist relevant, um die Möglichkeiten für nachhaltige Ernährungsstile zu erfassen und zu fördern.

### GENDER UND NACHHALTIGE ERNÄHRUNG

Nicht nur beim Zugang zum Thema *Ernährung* unterscheiden sich die Geschlechter. Es lassen sich deutliche Unterschiede im Umweltverhalten und bei den Umwelteinstellungen zwischen den Geschlechtern feststellen. Frauen zeigen in vielen Bereichen eine stärkere Umweltorientierung, in Bezug auf das Umweltverhalten sind die geschlechtsspezifischen Unterschiede sogar noch ausgeprägter (EMPACHER/HAYN/SCHUBERT et al. 2001:2). Sie artikulieren eine größere Betroffenheit gegenüber Umweltgefährdungen und sehen in Umweltbelastungen eher ein wichtiges Problem. Frauen sind auch eher bereit, zugunsten des Umweltschutzes ihr eigenes Verhalten zu verändern (PREISENDÖRFER 2001:35; EMPACHER/GÖTZ et al. 2000:117). Der soziodemographischen Variable *Geschlecht* wird eine größere Bedeutung beigemessen als anderen soziodemographischen Bestimmungsgrößen (EMPACHER/HAYN 2001:37). Die Ursache hierfür ist allerdings weniger in der biologischen Differenz zu suchen, sondern ist auf viele verschiedene

Faktoren zurückzuführen, die ihre Wurzeln letztlich in der gesellschaftlichen Arbeitsteilung und in Rollenbildern haben:

- Frauen tragen ganz überwiegend die Verantwortung für die Alltagsversorgung und die Gesundheit von Familien – dadurch sind sie stärker mit Aspekten des nachhaltigen Konsums und einer gesunden Ernährung konfrontiert. EMPACHER et al. erkennen hier bei Frauen eine Motivallianz zwischen Umweltorientierung und der Orientierung an ganzheitlicher Gesundheit (EMPACHER/GÖTZ et al. 2000:117). Auswertungen von entsprechenden Daten zeigen, dass Männer mit Haushalts- und Familienverantwortung ein ähnliches Umweltbewusstsein und -verhalten wie Frauen mit diesen Aufgaben entwickeln. Und umgekehrt: Alleinstehende, vollzeitberufstätige junge Frauen in urbanem Umfeld zeigen kein deutlich ausgeprägteres Umweltbewusstsein als Männer in vergleichbaren Lebenslagen (EMPACHER/HAYN 2001:37).
- Aufgrund struktureller Benachteiligungen stehen Frauen weniger finanzielle Ressourcen zur Verfügung – sie verhalten sich daher auch zwangsweise umweltbewusster. Frauen verfügen zum Beispiel über weniger und kleinere Pkw als Männer und nutzen häufiger den ÖPNV (BMFSFJ 2006).
- In den 1980er und 90er Jahren hatten vor allem haushaltsbezogene Umweltthemen großes Gewicht in der öffentlichen Diskussion. Die Verantwortung *des Einzelnen* stand im Mittelpunkt. Viele öffentlich geforderten und propagierten Umweltschutzmaßnahmen setzten auf der Haushaltsebene an und fielen damit in den Verantwortlichkeitsbereich von Frauen: Müllvermeidung und -trennung, schadstofffreie Ernährung, ökologisches Konsumverhalten, Energiesparen usw. SCHULTZ hat in diesem Kontext den Begriff der *Feminisierung der Umweltverantwortung* geprägt und die Verschiebung in den unbezahlten, unsichtbaren Haushaltsbereich kritisiert (SCHULTZ 1995:200)<sup>46</sup>.

Vor dem Hintergrund der geschlechtsspezifischen Arbeitsteilung ist es nicht überraschend, dass Frauen vor allem im Bereich *Ernährung* nachhaltigere Verhaltensweisen zeigen als Männer (WELLER/HAYN/SCHULTZ 2002:433; EMPACHER/HAYN et al. 2001:7, HILDEBRANDT 2000:231). So kaufen Frauen zum Beispiel deutlich öfter Bioprodukte sowie Obst und Gemüse aus der Region, Männer hingegen nutzen häufiger als Frauen Ökostrom oder ökologische Geldanlagen (GRUNENBERG/KUCKARTZ 2003:191).

Die geschlechterdifferenzierte Betrachtung der von POFERL/SCHILLING/BRAND (1997) entwickelten Umweltmentalitäten (siehe oben) unterstützt die schon ausgeführten Unterschiede. Der Mentalität *persönliches Entwicklungsprojekt* sind 41,3 % der Frauen, aber nur 32 % der Männer zuzuordnen. In allen anderen Mentalitäten finden sich mehr Anhänger bei den Männern.

Die geschlechtsspezifische Sekundärauswertung der Konsumstile-Studie von EMPACHER und SCHULTZ hat gezeigt, dass das Anstreben einer partnerschaftlichen Arbeitsteilung mit einer Umweltorientierung verbunden ist. Umgekehrt ist allerdings die Umweltorientierung nicht automatisch mit einem partnerschaftlichen Geschlechtermodell verbunden (z. B. nicht bei den ländlich-traditionellen Frauen). Typenübergreifend konnte bei Frauen eine Kombination zwischen Umweltorientierung, Gesundheitsorientierung und einer ethischen Orientierung festgestellt werden. In einigen Gruppen ergibt sich die Notwendigkeit einer Zeitnot-Convenience (EMPACHER/HAYN et al. 2001:6).

Der unterschiedliche Zugang von Männern und Frauen zu Fragen der Nachhaltigkeit ist auch damit zu begründen, dass gängige männliche Geschlechtsstereotypen einem für die Umwelt sorgenden Verhalten eher entgegenstehen, die weiblichen Geschlechtsstereotypen diesen sorgenden Aspekt aber immer beinhalten (EMPACHER/HAYN et al. 2001:10).

„Die Resultate legen allesamt nahe, in der Umweltkommunikation sensibel in Bezug auf das Geschlecht zu agieren. Es ist also empfehlenswert, jeweils abzuschätzen, ob und in welcher Weise die Geschlechterthematik berührt wird. Insbesondere, wenn es um die jüngere Generation geht, ist dies dringlich, denn je jünger die Altersgruppe ist, desto eher ist der Umweltschutz ein Frauenthema.“ (GRUNENBERG/KUCKARTZ 2003:201)

Besonders zu bedenken ist in diesem Zusammenhang jedoch, dass der Löwenanteil der Arbeit und der Verantwortung für den Bereich der Ernährungsversorgung bei den Frauen liegt, was auch ohne das Leitbild einer nachhaltigen Ernährung zu verfolgen schon eine komplexe und zeitaufwändige Aufgabe ist. CHARLES und KERR bemerken hierzu kritisch an:

“Currently, nutrition education is aimed at women. We would argue that this, far from leading to healthy transformation in families’ diets actually increases the burden of guilt carried by women. This is because they are usually unable to follow or even accept the advice that they are given because it does not fit in with the lived reality of providing food on a daily basis for their family.” (Charles/Kerr 1988:238)

---

<sup>46</sup> Gleichzeitig betont SCHULTZ die fehlenden Gestaltungsmöglichkeiten der Rahmenbedingungen für die in den privaten Haushalten arbeitenden Frauen (SCHULTZ 1995:200).

### HANDLUNGSSPIELRAUM UND EINFLUSSMÖGLICHKEITEN DER HAUSHALTE

Zu den zentralen Aspekten des Nachhaltigkeitsdiskurses für den Bereich des Konsums gehören die Fragen, wie viel Macht bzw. welche Möglichkeiten die privaten Haushalte in ihrer Rolle als KonsumentInnen haben, auf die Nachhaltigkeit der Warenströme Einfluss zu nehmen. Die Vorstellungen von der Steuerungskraft der VerbraucherInnen bewegen sich auf einer weiten Skala zwischen umfassender Entscheidungsmacht und völliger Ohnmacht. Auf der einen Seite werden die VerbraucherInnen als diejenigen gesehen, die allein durch ihre Kaufentscheidung über das Angebot auf dem Markt bestimmen, auf der anderen Seite werden sie als *willenlose Marionetten eines übermächtigen Industrieapparates* (BRAND/BRUMBAUER/SEHRER 2003:15) betrachtet, die nur reagieren können.

Die Entwicklung eines Konzeptes für nachhaltigen Konsum ist nur dann sinnvoll, wenn man vom Leitbild eines mündigen Verbrauchers ausgeht, der mit seinem Konsumverhalten Einfluss auf die Stoffströme nehmen kann und gleichzeitig Verantwortlichkeit im Sinne einer nachhaltigen Entwicklung akzeptiert (GOTTSCHALK 2001:139). Eine zu starke Fokussierung auf die Entscheidungsmacht der VerbraucherInnen birgt allerdings die Gefahr einer Verengung auf die individualistische Perspektive der Privatverbraucher, die mit einer Überforderung einhergeht. Für eine realistische Einschätzung der Handlungsmöglichkeiten von VerbraucherInnen ist es ebenso erforderlich, die strukturellen Rahmenbedingungen des Verbraucherverhaltens in den Blick zu nehmen (BRAND/BRUMBAUER/SEHRER 2003:15; SCHNEIDER 2003:131).

„Die Konsumenten treffen ihre Entscheidungen meist einzeln für sich, aber nicht in einem struktur-, informations-, und koordinationsfreien Raum. Im Gegenteil werden sie von Strukturen, Informationen und anderen Impulsen beeinflusst, die nachhaltiges Konsumverhalten oft gerade verhindern.“ (SCHERHORN/REISCH/SCHRÖDL 1997:8)

Im Kontext eines nachhaltigen Ernährungsverhaltens sind hier die vielfältigen Anforderungen, die die Alltagsversorgung von Familienhaushalten an die Verantwortlichen stellt, zu nennen (siehe Kap. 2.2.1). Auch

„[...] Defizite der Bedarfsreflexion, [...] Gewohnheiten, gesellschaftliche Einflüsse, Bildungslücken, einseitige Information, infrastrukturelle Zwänge [...] beeinträchtigen die Fähigkeit und Gelegenheit zu nachhaltigem Verhalten in dem Maße, dass es unrealistisch ist, nachhaltiges Konsumverhalten auf allen Stufen zugleich zu erwarten.“ (Scherhorn/Reisch/Schrödl 1997:13)

Nur ein kleiner und besonders engagierter Teil der KonsumentInnen kann sich in diesen *falschen* Strukturen im Sinne des nachhaltigen Konsums *richtig* verhalten (REISCH 2003:202). VerbraucherInnen sind daher als Mit-Entscheider zu betrachten und können nicht die einseitige Verantwortung für nachhaltige bzw. nicht-nachhaltige Entwicklungstrends tragen (BRAND/BRUMBAUER/SEHRER 2003:15).

Vor diesem Hintergrund ist auch die Inkonsistenz und Widersprüchlichkeit von umweltbezogenem Verhalten zu erklären. REUSSWIG bezeichnete dies als Patchwork-Verhalten (REUSSWIG 1994:113).

„Die durchgehende systematische Organisation und Stilisierung sowie subjektiv-sinnhafte Einbeziehung ökologischer Anliegen dürfte [...] ein seltener Grenzfall sein.“ (Pöferl 2000:39)

Es ist nicht davon auszugehen, dass Nachhaltigkeit als durchgängiges Leitmotiv für alle Handlungen zu Grunde gelegt wird bzw. gelegt werden kann (LITTIG 1995).

## 2.3 Fazit: Der Interview-Leitfaden

Die in Kapitel 2 gewonnenen Erkenntnisse spiegeln den Stand der Forschung zu nachhaltigen Ernährungsweisen in Familienhaushalten wider. Auf der Basis dieses Wissens ist der Interview-Leitfaden für die Gespräche mit den Familien entstanden. Folgende Fragen zur Entwicklung und Umsetzung einer nachhaltigen Ernährungsweise im Familienhaushalt liegen diesem zu Grunde:

### ALLGEMEINE ASPEKTE:

- Welche Idealvorstellung einer nachhaltigen Ernährungsweise hat die Familie?
- Wie sieht der konkrete Ernährungsalltag aus: Was und wann wird gegessen?
- Wer trägt die Verantwortung für die Ernährung der Familie?
- Wie ist die Arbeitsteilung organisiert und wie hat sich diese entwickelt?
- Welchen Stellenwert hat die Ernährung im Vergleich zu anderen Lebensbereichen?
- Welche Produkte/Lebensmittel werden eingekauft?
- Stimmen die Ernährungsweisen der einzelnen Familienmitglieder überein?
- Wie werden Ernährungsentscheidungen in der Familie getroffen?
- Welche Ziele verfolgen die Eltern bei der Ernährungserziehung ihrer Kinder? Wie versuchen sie, diese zu erreichen?

### HINTERGRÜNDE UND MOTIVATION:

- Was sind die Hintergründe des momentan praktizierten Ernährungskonzepts? Welche Motivation gibt es dafür? Gab es Schlüsselereignisse?
- Welche Wertorientierungen und Einstellungen prägen die Ernährungsweise?
- Unterscheiden sich die Einstellungen der Haushaltsmitglieder?
- Welche Ernährungsweisen werden im sozialen Umfeld praktiziert? Wie reagiert dieses auf den eigenen Ernährungsstil?

## 2.2 Ernährung als Handlungsfeld im Familienhaushalt

---

- Spielt die Nachhaltigkeit auch in anderen Lebensbereichen eine Rolle?

### BIOGRAFISCHE ASPEKTE:

- Wie hat sich der gemeinsame Ernährungsstil entwickelt?
- Gab es Umbruchsituationen (z. B. die Geburt der Kinder), wodurch sich vieles verändert hat?
- Wie sah die Ernährungsweise in den jeweiligen Herkunftsfamilien aus?

### RAHMENBEDINGUNGEN:

- Welchen Einfluss haben die vorhandenen Einkaufsmöglichkeiten auf die Ernährungsweise?
- Wie werden institutionelle Verpflegungsangebote in die Organisation der Ernährungsversorgung integriert und wie werden diese von den Familien bewertet?
- Welchen Einfluss haben die Ressourcen Zeit und Geld auf die Umsetzung?

# 3 Qualitative Studie zur Umsetzung nachhaltiger Ernährungsweisen in Familienhaushalten

## 3.1 Forschungsdesign der Untersuchung

### 3.1.1 Zielsetzung und Vorannahmen

Im vorangegangenen Kapitel wurde auf der Basis des Forschungsstands über nachhaltige Ernährungsweisen die Diskrepanz zwischen den Erwartungen an die Haushalte bezüglich nachhaltiger Verhaltensweisen und der tatsächlichen Umsetzung gezeigt. In diesem Kapitel steht eine qualitative Studie zu nachhaltigen Ernährungsweisen in Familienhaushalten im Mittelpunkt. Auf der Basis von qualitativen, leitfadengestützten Interviews in neun Familien, die dem Leitbild einer nachhaltigen Ernährungsweise folgen, sollten Erkenntnisse darüber gewonnen werden, welche Faktoren zur Entwicklung des Leitbilds geführt haben und wie die Umsetzung im Familienalltag gestaltet wird. Nach einer kurzen Explikation von Vorannahmen wird im ersten Teil des Kapitels zunächst das Forschungsdesign vorgestellt. Die angewendeten Methoden werden beschrieben und bezogen auf das Konzept und die Fragestellung dieser Arbeit begründet. Ebenso wird der Prozess der Datenerhebung detailliert aufgezeigt. Im zweiten Teil des Kapitels werden dann die Forschungsergebnisse umfassend dargestellt, diskutiert und interpretiert.

Auf der Basis der in Kapitel 2 erarbeiteten Zusammenhänge aus der Literatur können an dieser Stelle folgende Vorannahmen für die empirische Untersuchung gemacht werden:

- Ernährung ist ein komplexes Handlungsfeld, es berührt mehrere Lebensbereiche und erfüllt vielfältige, auch soziale, emotionale und psychologische Zwecke.
- Haushalte stehen bei der Alltagsbewältigung einer Vielzahl von Aufgaben gegenüber, die miteinander in Einklang gebracht werden müssen. Ernährung ist fest eingebunden in den Handlungskontext des Haushalts.
- Die Ernährungsweise ist, wie auch andere Handlungsbereiche im Haushalt, geprägt durch Routinen und Gewohnheiten. Vieles läuft unbewusst ab.
- Das Ziel *nachhaltige Ernährung* steht zum Teil in Konkurrenz mit anderen Zielen der Haushaltsgestaltung.



- In Familienhaushalten leben Menschen unterschiedlichen Geschlechts und Alters sowie mit unterschiedlichen Wertvorstellungen zusammen. In der Aushandlung eines gemeinsamen Familienernährungsstils ist das Ziel der nachhaltigen Ernährung nur ein Aspekt von mehreren möglichen Haushaltszielen. Es sind Aushandlungsprozesse nötig.
- Die gesellschaftlichen Rahmenbedingungen wirken in ihrer Gesamtheit nicht fördernd für die Umsetzung einer nachhaltigen Ernährungsweise in Familienhaushalten.
- Die Diskrepanz zwischen Umweltbewusstsein und tatsächlichem Umweltverhalten zeigt, dass prinzipiell die Notwendigkeit für nachhaltige Lebensweisen gesehen wird und die Bereitschaft von Seiten der privaten Haushalte grundsätzlich gegeben ist. Ihre Umsetzung funktioniert allerdings nicht in dem gewünschten Maße.

#### **3.1.2 Qualitative Sozialforschung**

Für die Annäherung an ein komplexes soziales Phänomen, wie es die Ernährung darstellt, bedarf es besonders offener Forschungsmethoden. Qualitative Methoden sind hierfür besonders geeignet. Durch eine qualitativ induktive Vorgehensweise nähern sich die ForscherInnen ihrem Gegenstand mit großer Offenheit. So ist es möglich, Sachverhalte oder Zusammenhänge zu entdecken, an die vor der empirischen Arbeit nicht zu denken war (BRÜSEMEISTER 2000:30; MAYRING 1999:13). Besonders wenn der Gegenstand, wie bei dieser Arbeit die Umsetzung von Ernährungsidealen im Familienhaushalt, bisher noch nicht umfassend erforscht ist, bieten sich qualitative Methoden zur Annäherung und Erkundung des Forschungsfeldes an. Gegenstand der qualitativen Sozialforschung ist die soziale Realität, der sie sich möglichst offen in natürlichen, alltagsnahen Situationen annähert (MAYRING 1999:1). Ernährungsweisen sind eingebettet in komplexe soziale Strukturen und stellen einen Teil der sozialen Realität dar. Soziale Wirklichkeit wird von Menschen und ihren Interaktionen geprägt, Menschen, ihre Handlungen und subjektiven Deutungen sind die Forschungsobjekte der qualitativen Sozialforschung (MAYRING 1999:9).

Gerade

„[...] unter den Bedingungen zunehmender kultureller und sozialer Differenzierung von Lebensstilen und der Biographisierung der Lebensführung wird die Beschränkung weiterer Teile der Sozialforschung auf das Arsenal der standardisierten Einstellungsforschung und quantitativen Sozialstrukturanalyse zunehmend problematisch.“ (KELLE 1997:6)

Es ist herauszustellen, dass

„[...] qualitative Forschung keine beliebig einsetzbare Technik ist, sondern eine Grundhaltung, ein Denkstil, der auch auf einem anderen Gegenstandsverständnis fußt, der immer streng am Gegenstand orientiert ist.“ (Mayring 1999:V)

Das Hauptinteresse einer qualitativen Analyse ist die Lebenswelt der Subjekte in ihrer sozialen Eingebundenheit (MAYRING 1999:88), bezogen auf die jeweilige konkrete Fragestellung. Typische Fragestellungen in der qualitativen Forschung nehmen folgende Aspekte in den Blick:

- Erforschung der Sicht (eines oder mehrerer) in einem komplexen Feld agierender Subjekte. Im Kontext dieser Arbeit kann mit qualitativen Forschungsmethoden das Zusammenspiel der verschiedenen Haushaltsmitglieder bei der Entwicklung einer gemeinsamen Ernährungsweise erfasst werden. Für die Entscheidungsfindung sind subjektive Sichtweisen und Überzeugungen von großer Bedeutung.
- Deskription einer Lebenswelt
- Rekonstruktion subjektiver oder objektiver Handlungsgründe und damit ein Ansatz für die Erklärung menschlichen Handelns. Die Fragestellung dieser Arbeit versucht, die subjektiven und objektiven Handlungsgründe der Ernährungsweise zu ermitteln.
- Untersuchung des Verhältnisses zwischen subjektiven Deutungen zu objektiv beschreibbaren Strukturmerkmalen der Handlungsumwelt (BRÜSEMEISTER 2000:52)

Qualitative Sozialforschung beruht immer auf Interpretationen,

„[...] denn „Wirklichkeit“ (Hervorhebung im Original) ist nicht einfach gegeben, sondern wird von uns mit Hilfe der uns zur Verfügung stehenden Möglichkeiten in jeweils spezifischer Weise interpretiert. Und sowohl das, was interpretiert wird, als auch die Interpretation selbst ist (Moment der) Wirklichkeit“ (Schülein 2001:12).

Vor dem Hintergrund, dass Menschen nicht starr nach kulturell etablierten Rollen und Normen handeln, sondern jede soziale Situation selbst schon als interpretativer Prozess aufzufassen ist, hat sich das interpretative Paradigma als forschungsleitendes Denkmodell entwickelt:

„Der Mensch muss jede soziale Situation für sich deuten, muss sich klar werden, welche Rollen von ihm erwartet werden, ihm zugeschrieben werden und welche Perspektiven er selbst hat“ (Mayring 1999:2).

Daher ist soziales Handeln selbst schon immer Interpretation, der Wissenschaftler ist damit erst recht *Interpret*. Die Akteure liefern mit ihren Aussagen Interpretationen ersten Grades – ihre Interpretation der Wirklichkeit, die Interpretationen der Forschenden sind Interpretationen zweiten Grades (BRÜSEMEISTER 2000:18 nach SCHÜTZ 1971:7). Trotz Subjektivität der Daten und mehrfacher Interpretation lässt sich die Aussagekraft von Erkenntnissen qualitativer Forschung durchaus theoretisch stützen. Im symbolischen

Interaktionismus<sup>47</sup> wird der subjektive Sinn, die Individuen mit ihrer Handlung verbinden, zum empirischen Ansatzpunkt. Das Thomas-Theorem besagt: Wenn eine Person eine Situation als real definiert, dann ist diese Situation in ihren Konsequenzen real. Der Forscher muss die Welt aus dem Gesichtswinkel der Subjekte sehen, die er untersucht (FLICK 2004:34ff.).

#### PROBLEME EMPIRISCHER SOZIALFORSCHUNG

Die Gültigkeit der Aussagen qualitativer Forschung sind dadurch jedoch auch beschränkt: Sie sind auf den Einzelfall bezogen gültig und daher nur bedingt verallgemeinerbar. Ein weiteres Problem jeglicher Sozialforschung liegt darin, dass die Forschenden immer ihre Weltanschauung, ihre Traditionen und subjektiven Sichtweisen mit in die Forschung einbringen. Jeder Mensch entwickelt auf dieser Grundlage eine Vorstellung von sozialer Wirklichkeit, alle Forschenden bringen ihre Vorstellung von sozialer Wirklichkeit in die Konzeption einer Forschungsarbeit mit ein – sowohl in der qualitativen als auch in der quantitativen Sozialforschung. Daher besteht, wie in der Alltagswahrnehmung auch, in der Sozialforschung die Gefahr der selektiven, vorurteilsgeleiteten Wahrnehmung (DIEKMANN 1996:40).

„Das Problem selektiver Wahrnehmung ist bei der Prüfung von Zusammenhängen deshalb von besonderem Gewicht, weil bevorzugt jene Wahrnehmungen registriert werden, die liebgewonnene Vorurteile und Hypothesen bestätigen. Dieses Problem können wir als Bestätigungsbias (Hervorhebung im Original) infolge gefilterter Wahrnehmung bezeichnen“ (DERS.:46).

Allerdings stellt die empirische Sozialforschung Methoden zur Verfügung, mit deren Hilfe Fehlerquellen kontrollierbar und Verzerrungseffekte identifizierbar sind (DERS.:52). Daher unterscheidet sich die Sozialforschung von den Alltagsverfahren der Wirklichkeitskonstruktion und kann validere Daten entwickeln. So wurde in der vorliegenden Forschungsarbeit die Hypothesenentwicklung auf der Grundlage von Fallanalysen eng an den ermittelten Daten und Aussagen durchgeführt und in einem mehrstufigen Verfahren der Text mit Gegenhypothesen konfrontiert. Mit diesem Verfahren lässt sich die Evidenz der Aussagen festigen.

---

<sup>47</sup> Dieser Begriff geht auf Herbert BLUMER zurück und besagt, dass „diese Richtung soziologischer und sozialpsychologischer Forschung ihr Augenmerk auf Prozesse der Interaktion [...] richtet und dass dabei ein bestimmter Begriff von Interaktion zugrundegelegt wird, welcher den sozialvermittelten Charakter sozialen Handelns akzentuiert“ (JOAS 1988 zitiert nach FLICK 2004:34).

#### THEORIEENTWICKLUNG – ERGEBNISSE QUALITATIVER SOZIALFORSCHUNG

Qualitative Daten zielen auf die Entdeckung (Generierung) von Theorieaussagen auf der Grundlage von empirischen Daten. Die Fallzahl spielt in der qualitativen Sozialforschung eine erheblich geringere Rolle als in der quantitativen Forschung (BRÜSEMEISTER 2000:21ff.).

„Aussagen qualitativer ForscherInnen haben den einzelnen Fall als analytischen Bezugspunkt. Dem gemäß besteht die Aufgabe in der Rekonstruktion von auf den Fall bezogenen Deutungsmustern, Handlungsorientierungen und Wissensbeständen. Auch wenn qualitative Forschungen mehrere Fälle untersuchen, ist ihnen einzelfallanalytisches oder fallrekonstruktives Vorgehen vielfach gemeinsam“ (DERS.:22).

Entdeckungen werden oft auf der Basis von Interviews gemacht, dabei gilt das Prinzip der Offenheit und der Sensibilisierung. Wesentlich ist die Bereitschaft, Unvorhergesehenes zu berücksichtigen (DERS.:27). Allerdings geht auch eine qualitative Forschung niemals ohne Vorkenntnisse ins Feld: Jede Untersuchung basiert auf Vorannahmen oder Anfangshypothesen, die transparent gemacht werden. „Der empirische Forscher klammert sein Faktenwissen allenfalls ein, wenn er eine neue Forschung beginnt und sich auf ein unbekanntes Feld einlässt“ (DERS.:29). Anfangshypothesen spielen dafür als erste Zugänge, nicht aber als Messlatten eine wichtige Rolle. Sie sensibilisieren die ForscherInnen für Bestimmtes, lassen aber die Freiheit, etwas zu finden, was sie vor der empirischen Phase nicht im Blick haben konnten. Unterstützt durch Erkenntnismodelle (Heuristiken) ist die angestrebte Offenheit und gleichzeitige von Hypothesen geleitete Aufmerksamkeit auf der Suche nach neuen Theoriebausteinen möglich. Charakteristisch für die qualitative Forschung ist eine induktive Vorgehensweise. Aus einzelnen Beobachtungen entstehen erste Vermutungen, die dann durch systematische weitere Beobachtungen zu erhärten versucht werden (MAYRING 1999:24). Dabei werden Theoriebausteine ermittelt, die dann zu einer Theorie zusammengesetzt werden. Qualitative Forschung kann aufgrund der geringen Anzahl erforschter Fälle keine repräsentativen Ergebnisse erzielen. Das methodische Ziel des Forschungsprozesses dieser Arbeit ist es, Hypothesen zu entwickeln, die auf der Grundlage von umfassenden Fallanalysen entwickelt und überprüft worden sind. Diese können dann die Grundlage bilden für eine weitere qualitative oder quantitative Überprüfung.

#### FORSCHUNGSPLAN UND ABLAUF QUALITATIVER FORSCHUNG

Der Ablauf qualitativer Forschungen gliedert sich in aller Regel in drei Schritte. Am Beginn steht die Datenerhebung, mögliche Erhebungsverfahren sind hier zum Beispiel das Interview, die Gruppendiskussion oder teilnehmende Beobachtung. Als nächster Schritt steht die Aufbereitung der Daten auf dem Arbeitsplan wie zum Beispiel die Transkription der Daten oder die Erstellung eines Protokolls. Als letzter Arbeitsschritt folgt die

Auswertung der gewonnenen Daten. Auch hier stehen den Forschenden unterschiedliche Verfahren zur Verfügung, die immer bezogen auf den Gegenstand ausgewählt werden. Diese sind zum Beispiel die gegenstandsbezogene Theoriebildung, die phänomenologische Analyse, die qualitative Inhaltsanalyse oder die objektive Hermeneutik (MAYRING 1999:48ff). Die hier erwähnten Verfahren sind in der Regel Gegenstand unterschiedlicher Theorieansätze oder Untersuchungspläne innerhalb der qualitativen Sozialforschung. Die in dieser Arbeit verwendeten Methoden und deren theoretische Verankerung werden im weiteren Verlauf dieses Kapitels umfassend beschrieben.

#### ALLTAG ALS GEGENSTAND EMPIRISCHER FORSCHUNG

Menschliches Handeln wird gesteuert von einem Verbund von situations- und kontextbezogenen Vorstellungen: dem Alltagsbewusstsein. Es ist die Art und Weise, wie wir im täglichen Leben unsere Welt verstehen, auf sie reagieren. Alltag als eine unablässige Folge von Situationen verlangt immer wieder Handlungen, Stellungnahmen und damit auch Interpretationen. Da liegt es auf der Hand, dass das Alltagsbewusstsein nicht in allen Handlungsbereichen auf umfassendem Wissen basiert oder besonders differenziert sein kann (SCHÜLEIN 2001:18).

Aufgrund seiner besonderen Struktur stellen der Alltag und die Lebenswelt als unbedingter Handlungskontext der Forschungssubjekte besondere Anforderungen an die sozialwissenschaftliche Forschung. Die soziale Wirklichkeit setzt sich aus einer Vielzahl von Situationen zusammen, es gibt zwar typische Strukturen, aber keine Isomorphie; sie ist hochgradig komplex und heterogen, verschiedene Momente bedingen, beeinflussen sich gegenseitig. Sozialwissenschaft hat ein Thema zum Gegenstand, dass sich einer linearen, monologischen Analyse entzieht. Auf der Suche nach Erkenntnissen bedient sich die Naturwissenschaft reduzierender, vereinfachender Methoden. Aufgrund ihres hochkomplexen Gegenstandes ist die Sozialwissenschaft immer auf der Suche nach geeigneten Instrumenten der Theoriebildung. Hier gibt es keine einheitliche Strategie (SCHÜLEIN 2001:25).

Wirklichkeit aus verschiedenen theoretischen Perspektiven zu thematisieren heißt, aus der Not eine Tugend zu machen.

„Für jede Theorie heißt das, dass sie nicht nur imstande sein muss, die Systematik möglicher Ereignisse und Entwicklungen zu erfassen und erklären zu können. Sie muss zusätzlich imstande sein, ihr Paradigma zur Situation hin zu öffnen, jeweils das besondere zu erfassen. [...] Das Problem des theoretischen Begreifens und der praktischen Anwendung von Theorie stellt sich jedes Mal aufs Neue und muss in jedem Zusammenhang neu gelöst werden“ (SCHÜLEIN 2001:23).

Das Alltagsbewusstsein wehrt sich gegen Reflexion – Vorurteile sind gegen Aufklärung resistent. Sozialwissenschaftliche Theorien müssen im Alltagsbewusstsein angeeignet werden, daher ist die Forschung auf Mitwirkung desselben angewiesen. Empirisches Wissen bleibt also gebunden an Auseinandersetzung mit Alltagswissen; der Wirklichkeitskontakt ist Korrektiv und Grundlage. Damit ist ein doppeltes Kunststück zu vollbringen: „Emanzipation vom Alltagsbewusstsein bei gleichzeitiger produktiver Bindung“. Es geht darum, die Thematik in ihrem Ablauf und ihrer inneren Logik zu rekonstruieren (SCHÜLEIN 2001:23ff.). Ernährungsweisen im Kontext von Familienhaushalten sind fest im Alltagsbewusstsein verankerte Handlungsmuster. Auch hier ist der Wirklichkeitskontakt, die subjektive Sichtweise der Handelnden von entscheidender Bedeutung für die umfassende Annäherung an den Forschungsgegenstand.

#### **3.1.3 Vorgehensweise in dieser Untersuchung**

Der Umgang mit nachhaltigen Ernährungsweisen in Familienhaushalten steht im Mittelpunkt des Interesses dieser Arbeit. Eine qualitative Untersuchung des Handlungsfeldes in mehreren Familienhaushalten soll Erkenntnisse über die Entwicklung und Umsetzung des Leitbilds einer nachhaltigen Ernährungsweise liefern. Das Ziel ist es, auf Grundlage der ermittelten Daten Hypothesen zu entwickeln. Dazu wurden folgende methodische Forschungsschritte durchgeführt, die in diesem Abschnitt ausführlich erläutert und begründet werden sollen:

- *Datengewinnung*: Leitfadengestützte, problemzentrierte Paarinterviews
- *Aufbereitung des Materials*: Transkription der Interviews
- *Auswertung und Interpretation*: computergestützte qualitative Datenanalyse mit dem Ziel der Entwicklung eines Kategoriensystems, anschließend Einzelfallanalysen und -vergleiche

##### **3.1.3.1 Datengewinnung: leitfadengestützte, problemzentrierte Interviews**

Die Forschungsergebnisse der vorliegenden Arbeit wurden durch leitfadengestützte, problemzentrierte Interviews in neun Familienhaushalten gewonnen, die sich freiwillig für eine Befragung zur Verfügung gestellt haben.<sup>48</sup>

---

<sup>48</sup> Zur Kontaktaufnahme mit den Haushalten und zu den befragten Familien siehe Kapitel 3.1.4

In der Sozialforschung ist die Befragung die am häufigsten eingesetzte Methode zur Datengewinnung. Bei der Befragung in Form eines Interviews handelt es sich um eine reaktive Erhebungsmethode.

„Unter Interview als Forschungsinstrument sei hier verstanden ein planmäßiges Vorgehen mit wissenschaftlicher Zielsetzung, bei dem die Versuchspersonen durch eine Reihe gezielter Fragen oder mitgeteilter Stimuli zu verbalen Informationen veranlasst werden“ (Scheuch zitiert nach DIEKMANN 1996:375).

Je nach Grad der Strukturierung und Standardisierung werden verschiedene Interviewarten zwischen den Polen *stark strukturiert* und *unstrukturiert und offen* unterschieden. Stark strukturierte und standardisierte Erhebungsmethoden werden in der quantitativen Sozialforschung eingesetzt. Hier werden alle Befragten mit den gleichen Fragen in der gleichen Reihenfolge konfrontiert. Es sind geschlossene Fragen mit immer gleichen Antwortkategorien. Durch die Standardisierung wird ein möglichst hoher Grad an Objektivität angestrebt. Allerdings erhält man bei geschlossenen Fragen keine Informationen jenseits des Spektrums der vorgegebenen Antwortkategorien. Die Konstruktion dieser Interviewform ist nur dann zweckmäßig, wenn ein erhebliches Vorwissen über die zu erforschende soziale Situation vorliegt. Weniger strukturierte Interviewtechniken, wie zum Beispiel das Leitfadeninterview oder das narrative Interview zählen zu den qualitativen Methoden der Befragung (DIEKMANN 1996:374ff.). Sie bringen durch ihre Offenheit die Möglichkeit mit, ein Forschungsfeld zu erfassen, welches noch nicht durch umfassendes Vorwissen strukturiert ist. Für die Fragestellung und das Forschungsfeld der vorliegenden Arbeit bietet sich daher eine qualitative, offene Forschungsmethode an.

Wie in Kapitel 2 umfassend beschrieben, wird die Ernährungsweise von vielen Faktoren beeinflusst und ist (vorläufiges) Ergebnis eines lebenslangen Entwicklungsprozesses. Wie andere Bereiche alltäglichen Handelns ist die Ernährung ein von subjektiven Erfahrungswelten und Deutungsmustern geprägter Lebensbereich. Außerdem stellt die normative Komponente der Nachhaltigkeit und die in dieser Arbeit zu Grunde gelegte Haushaltsperspektive noch eine Erweiterung des Forschungsgegenstands dar. Um Logik und Struktur dieses komplexen Handlungsbereiches zu verstehen, wurden zur Datengewinnung leitfadengestützte, problemzentrierte Partnerinterviews durchgeführt. Diese Methode ermöglicht es, den Fokus auf für die Fragestellung relevante Aspekte der Ernährungsweise zu legen. Diese wurden im Vorfeld auf der Grundlage einer Problemanalyse des Forschungsfeldes ermittelt und in Form von Leitfadenfragen dem Interview zu Grunde gelegt. Gleichzeitig bieten die offen geführten Interviews den Befragten ausreichend Freiraum, die für sie bedeutsamen Aspekte und Zusammenhänge anzusprechen (MAYRING 1999:50). So ist es möglich, Erkenntnisse zu gewinnen, an die

vor der empirischen Phase nicht zu denken war – dieses ist ein wesentliches Element und Vorteil der qualitativen Forschung (BRÜSEMEISTER 2000:31; MAYRING 1999:50). Der Leitfaden dieser Arbeit ist auf Basis der in Kapitel 2 umfassend dargestellten Problemanalyse des Forschungsfeldes entwickelt worden (siehe Kap. 2.3). Mit Hilfe von Pretest-Interviews in zwei Haushalten wurde der Leitfaden auf seine Praxistauglichkeit getestet und überarbeitet.

Bei der Interviewdurchführung ist die bei leitfadengestützten Interviews methodisch verankerte Offenheit ein wichtiger Aspekt. Dieses ist von den Interviewern zu berücksichtigen. Die Befragten sollen frei antworten können. Diese Methode bringt gerade für eine Forschungsfrage, die die subjektive Perspektive der Befragten erfassen möchte, viele Vorteile mit:

- Es kann überprüft werden, ob die Befragten die Fragen verstanden haben.
- Die Befragten können ihre ganz subjektiven Perspektiven und Deutungen offen legen.
- Die Befragten können selbst Zusammenhänge und größere kognitive Strukturen im Interview entwickeln.
- Die konkreten Bedingungen der Interviewsituation können thematisiert werden (MAYRING 1999:51).

Die Interviewsituation, das Interviewverhalten und die Person der Interviewenden sind dabei nicht ohne Einfluss auf das Antwortverhalten. Eine wesentliche Voraussetzung für möglichst ehrliche, genaue, offene und reflektierte Antworten ist eine Vertrauensbeziehung zwischen Interviewer und Interviewten. Durch eine nicht-direktive Fragetechnik und durch zustimmende Reaktionen können die Interviewenden bei den Befragten Hemmungen abbauen und das Gespräch unterstützen. Wichtig ist weiterhin eine gemeinsame Sprache zwischen Interviewerin und Interviewten (DIEKMANN 1996:376f.). Die Befragten sind die Experten ihrer Lebenssituation und können den Forschenden einen Einblick in ihre Erfahrungswelt und Deutungsmuster geben. Die mit leitfadengestützten Interviews ermittelten Daten spiegeln die subjektive Realität der Befragten wider (siehe Kap. 3.1.2). Was sie in den Interviews thematisieren, ist für sie von Bedeutung und damit auch Grundlage ihrer individuellen Entscheidungen und Strategien (MAYRING 1999:53)

In dieser subjektiven Perspektive liegen allerdings auch Schwierigkeiten und Grenzen von leitfadengestützten Interviews begründet. In der Interviewsituation geben die Befragten Auskunft über ihre Einstellungen und ihr Verhalten, bezogen auf das interessierende Handlungsfeld oder den jeweiligen Themenkomplex. Die Antworten unterliegen dabei



immer einer Interpretation und Bewertung durch die Befragten. Die Interviewenden sind auf die Aussagen der Befragten angewiesen. Gerade bei Themen mit einer normativen Komponente, wie dies bei der Nachhaltigkeit der Fall ist, besteht die Gefahr der Verzerrung aufgrund eines sozial erwünschten Antwortverhaltens der interviewten Personen. „Befragte werden dann zu systematisch verzerrten Antwortreaktionen neigen, wenn die Angabe des tatsächlichen Verhaltens oder der tatsächlichen Meinung mit hoher subjektiver Wahrscheinlichkeit missbilligt wird und bei alternativen Antwortreaktionen eher soziale Anerkennung zu erwarten ist“ (DIEKMANN 1996:380). Diese Verzerrungen lassen sich zum einen durch eine nicht-direktive Interviewmethode und eine vertrauensvolle Interviewsituation mindern. In diesem Fall wurden die interviewten Paare im Vorfeld darauf hingewiesen, dass der Fokus nicht auf der Erfassung einer möglichst optimal umgesetzten Ernährungsweise liegt sondern auf der Art und Weise der Umsetzung. Da es sich bei dem Thema Ernährung grundsätzlich allerdings nicht um ein besonders heikles oder intimes Thema handelt, ist die Gefahr der Antwortverzerrung relativ beschränkt. Wie Studien gezeigt haben, hat bei entsprechenden sensiblen Themen auch das Geschlecht der Gesprächspartner einen Einfluss auf das Antwortverhalten. So kann in dem Punkt der Beteiligung an der Hausarbeit mit einer Verzerrung des Antwortverhaltens besonders bei den männlichen Interviewpartnern gerechnet werden, da die Interviews alle von einer weiblichen Person durchgeführt wurden. Es kann allerdings davon ausgegangen werden, dass die Anwesenheit beider Partner im Interview in diesem Punkt als Korrektiv wirkt (siehe nächster Abschnitt). Auswertungen und Überprüfungen von Forschungsergebnissen konnten zeigen, dass eine Verzerrung der Antworten umso weniger zu erwarten ist, je geringer die soziale Distanz zwischen Interviewern und Interviewenden ist (DIEKMANN 1996:399). Da sich das hier angesprochene Untersuchungsklientel aus akademischen Milieus rekrutiert und damit dem Milieu der Interviewerin entspricht, ist in diesem Punkt keine nennenswerte Verzerrung zu erwarten.

#### DAS ERHEBUNGSINSTRUMENT PAARINTERVIEW:

Für die empirische Erfassung von Ernährungsweisen im Familienhaushalt kommen mehrere Interviewkonstellationen in Frage:

- Einzelinterview der haushaltsführenden Person,
- Einzelinterview beider Partner,
- Paarinterview, gegebenenfalls unter Einbeziehung älterer Kinder.

An dieser Stelle gilt es, die Vor- und Nachteile der verschiedenen Instrumente in Bezug auf die Art der produzierten Daten gegeneinander abzuwägen. Üblicherweise werden Einzelinterviews bevorzugt, da durch Wechselwirkungen und gegenseitige Beeinflussung

der Interviewten im Paarinterview inhaltliche Nachteile befürchtet werden. Ebenso kann es zu organisatorischen Schwierigkeiten kommen. In dieser Untersuchung wurde in einem Fall ein Einzelinterview durchgeführt, da ein Partnerinterview nicht zu organisieren war. Einzelinterviews nur mit der haushaltsführenden Person ermöglichen lediglich die Erfassung einer Perspektive auf das Thema. Besonders Erkenntnisse zur Entscheidungsfindung innerhalb der Familie und der Arbeitsteilung können mit dieser Methode nicht in dem Umfang erwartet werden, wie sie ein Partnerinterview liefern kann. Mit Einzelinterviews beider Partner lassen sich beide Perspektiven umfassend ermitteln. Ein Vorteil dieser Methode im Vergleich zu Einzelinterviews mit nur einem Partner, aber auch im Vergleich zu Paarinterviews ist, dass beiden Partnern der gleiche Raum zusteht, ihre Perspektive auf die Ernährungsweise und Alltagsorganisation der Familie darzustellen. So können Übereinstimmungen oder unterschiedliche Prioritätensetzungen zum Vorschein kommen und heikle Themen angesprochen werden, die in einem Paarinterview bei Anwesenheit des Partners nicht oder anders dargestellt würden (GATHER 1996:83). Allerdings sind Einzelinterviews beider Partner nur dann aussagekräftig, wenn es in der Zwischenzeit keinen Austausch zwischen den Partner gegeben hat. Um diese Verfälschung zu vermeiden, müssten die Interviews direkt hintereinander stattfinden, was den zeitlichen und organisatorischen Aufwand deutlich erhöht. Die hier zur Diskussion stehende Forschungsfrage legt den Fokus auf das Zusammenwirken der einzelnen Haushaltsmitglieder bei der Entwicklung des familiären Ernährungsstils.

Von besonderem Interesse sind dabei diskursive Aushandlungsprozesse der Partner und der gemeinsame Umgang mit ernährungsbezogenen Werten und Normen. Die individuelle Perspektive ist dabei von untergeordneter Bedeutung. Für diese Fragestellung ist daher das Paarinterview dem Einzelinterview beider Partner überlegen, denn in der Gesprächssituation mit beiden Partnern lassen sich schon durch die Kommunikationsstruktur einige für die Fragestellung interessante Rückschlüsse ziehen. Es bietet die Chance, Daten darüber zu erhalten, wie das Paar kooperiert (GATHER 1996:83). Diese Technik verspricht die aussagekräftigsten Erkenntnisse darüber, wie Übereinstimmung hergestellt wird und wie eine Verständigung in der Beziehung zustande kommt. Da es sich beim Ernährungsverhalten nicht um ein besonders heikles oder intimes Thema handelt (BOVE/SOBAL/RAUSCHENBACH 2003:26), ist auch keine übermäßige Befangenheit der Partner in der Interviewsituation zu erwarten und dieser Nachteil kann damit in Kauf genommen werden. Auch unterschiedliche Prioritätensetzungen in Bezug auf die Ernährungsweise werden deutlich und es zeigt sich,

ob die Ernährungsweise ein Ergebnis von Aushandlungen zwischen beiden Partnern ist oder ob ein Partner die Entscheidungen weitgehend allein trifft/getroffen hat.

Auch auf die Gefahr hin, dass eventuell einige strittige oder kritische Punkte des Paares in der Interviewsituation unerwähnt bleiben, so ist es doch von großem Gewinn, dass beide direkt auf das Gesagte des Partners/der Partnerin reagieren, es ergänzen oder korrigieren können und die Gelegenheit haben, eine eventuell abweichende Position deutlich zu machen. Hierauf stützt sich auch die Annahme von LASLETT/RAPOPORT/ALLAN, dass objektive Angaben in Paarinterviews die valideren seien (vgl. GATHER 1996:84). MOHR hat die Beeinflussung der Interviewantwort durch die Anwesenheit des Partners untersucht und für die hier zur Diskussion stehende Frage interessante Befunde vorgelegt. So ist bei den Interviewten ein Perspektivenwechsel von der individuellen zur Haushaltsperspektive zu beobachten. Weiterhin zeigt sich die Tendenz, Dissens mit dem Partner zu vermeiden. Dies bedeutet, dass die Partnerschaft im Paarinterview positiver dargestellt wird und Aussagen zur Zufriedenheit mit der Partnerschaft nur eingeschränkt verwertbar sind. Bezogen auf die Hausarbeitsverteilung jedoch führt die Abwesenheit des Partners zu einer Überschätzung der eigenen Arbeitsleistung. Im Paarinterview sind diese Aussagen vom Partner direkt überprüfbar. Auch MOHR nimmt an, dass die Anwesenheit des Partners bei dieser Fragestellung zu valideren Daten führt (vgl. GATHER 1996:85).

Bei der Auswertung ist natürlich zu berücksichtigen, dass das Gesagte neben der Sachebene immer auch eine Beziehungsebene enthält und die Befragten im Kontext ihrer Lebens- und Beziehungssituation antworten. Mögliche Einflüsse von Macht- und Persönlichkeitsstrukturen auf die Aussagen müssen dabei in der Auswertung berücksichtigt werden. So hat auch die gegebenenfalls asymmetrische Beteiligung am Gespräch mit der Interviewenden Aussagekraft.

Tabelle 4: Vergleich Paarinterview/Einzelinterview

Paarinterview	Einzelinterview
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Das Paar und ihre Interaktion und die Beziehung stehen im Vordergrund.</li> <li>• Es ist nachzuvollziehen, wie Übereinstimmung hergestellt wird, wie verhandelt wird und wie Beeinflussung stattfindet.</li> <li>• Die Beeinflussung muss gedeutet werden – sonst stellt dies einen Nachteil dieser Methode dar.</li> <li>• Die Haushaltsperspektive wird eingenommen.</li> <li>• Es wird angenommen, dass objektive Angaben valider sind: gegenseitige Kontrolle der Partner ist möglich, sie können sich bestätigen, Aussagen ergänzen, korrigieren, widersprechen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Heikle Themen können besser angesprochen werden.</li> <li>• Wenn das Forschungsinteresse auf unterschiedliche Einschätzungen der Partner gerichtet ist, ist das Einzelinterview sinnvoller.</li> <li>• Es wird eine individuelle Perspektive eingenommen.</li> </ul>

(modifiziert nach GATHER 1996)

### 3.1.3.2 Aufbereitung der Daten

Die Basis für die ausführliche Auswertung und Interpretation der Daten bilden wörtliche Transkripte (Wortprotokolle) des verbal erhobenen Materials. Dieser Arbeitsschritt ist zwar aufwendig, für eine umfassende Bearbeitung jedoch unabdingbar. Das Wortprotokoll ermöglicht es, die Texte zu bearbeiten, zu unterstreichen und Randnotizen hinzuzufügen. Weiterhin können einzelne Aussagen im jeweiligen Kontext erfasst werden (MAYRING 1999:69). Auch für den Vergleich zwischen den untersuchten Fällen bilden die Transkriptionen die Grundlage. Je nach Fragestellung können bei der Transkription unterschiedliche Techniken angewandt werden. In der vorliegenden Arbeit steht bei der Auswertung die inhaltlich-thematische Ebene im Vordergrund, Dialekte und sprachliche Feinheiten sind nicht von großer Bedeutung. Aus diesem Grund wurde mit der Übertragung in übliches Schriftdeutsch gearbeitet. Bei dieser Übertragungstechnik wird der Dialekt bereinigt, Satzbaufehler behoben und der Stil geglättet (MAYRING 1999:70). So wird eine besonders gute Lesbarkeit der Transkripte erreicht, was die Auswertung erleichtert. Besondere Auffälligkeiten der Sprache wie Pausen, Betonungen oder Lachen wurden im Transkript in Form von Kommentaren vermerkt.

Zwei der aufgenommenen Interviews wurden von der Verfasserin selbst transkribiert, die übrigen Transkriptionen wurden von zwei erfahrenen Kräften nach genauen Instruktionen

durchgeführt. Die Transkripte der Interviews umfassen entsprechend der unterschiedlichen Gesprächsdauer zwischen 12 und 22 Seiten Text.

#### **3.1.3.3 Auswertung der Daten**

Auf der Grundlage der erkenntnisleitenden Fragestellung stehen für die Auswertung der Daten folgende Themenkomplexe im Fokus:

- Handlungslogik des jeweiligen Haushalts: Wie werden Entscheidungen getroffen und begründet?
- Deutungsmuster im Hinblick auf nachhaltige Ernährungsweise,
- Inhaltliche Themenbereiche:
  - Leitbild der Nachhaltigkeit mit Begründung und entsprechenden Wertorientierungen
  - Geschichte der Familie: unterschiedliche Rollen der Partner und Vereinbarungen über Arbeitsteilung mit Begründungen
  - Einfluss der Kinder in unterschiedlichen Lebensphasen
  - Struktur der Umsetzung

Im Folgenden soll nun die methodische Vorgehensweise beschrieben werden, mit der die ermittelten Daten im Hinblick auf die formulierten Fragestellungen aufbereitet und ausgewertet wurden. Nach der Transkription liegen die Interviews in Form von Texten zur weiteren Bearbeitung und Auswertung vor. Diese ist in zwei Schritten erfolgt. Zunächst wurde das Textmaterial mit Hilfe eines Computerprogramms zur qualitativen Datenanalyse kodiert und kategorisiert. In einem weiteren Schritt wurden auf der Grundlage des vorstrukturierten, kodierten Materials umfassende Fallanalysen und anschließend Fallvergleiche durchgeführt. Diese bilden in der weiteren Bearbeitung die Grundlage für die Hypothesenbildung.

Eine umfassende Analyse und Strukturierung der gewonnen Daten ist durch Kodierung des Materials möglich. Kodierung bedeutet eine systematische Ableitung von Auswertungsgesichtspunkten aus dem Material und die Zuordnung von Kategorien zu relevanten Textpassagen (KUCKARTZ 1999:75). Sowohl in den Verfahrensplänen der grounded theory als auch in der qualitativen Inhaltsanalyse spielt die Kodierung des Materials und die Kategorienbildung eine zentrale Rolle und bildet die Grundlage für die Theoriebildung. Das Konzept des offenen Kodierens umfasst das Benennen und Kategorisieren der Phänomene mittels eingehender Untersuchung der Daten. „Während des offenen Kodierens werden die Daten in einzelne Teile aufgebrochen, gründlich untersucht, auf

Ähnlichkeiten und Unterschiede hin verglichen, und es werden Fragen über die Phänomene gestellt, wie sie sich in den Daten widerspiegeln“ (STRAUSS/CORBIN 1996:44). KUCKARTZ beschreibt das Kodieren der Texte als „Aufräumen“. Dieses dient nicht nur der Übersichtlichkeit und dem besseren Wiederfinden; beim Aufräumen selbst wird vieles entdeckt und wiedergefunden: „[...] das Codieren des Materials ist im Kontext sozialwissenschaftlicher Forschung eine Theorie produzierende (Hervorhebung im Original) Aktivität“ (KUCKARTZ 1999:202).

Die Kategorienbildungen wird wie folgt durchgeführt: Auf Grundlage des Interview-Leitfadens werden Kategorisierungsdimension und Selektionskriterien für die Kategorienbildung vorher festgelegt (MAYRING 1999:91). Diese deduktiv entwickelten Kategorien werden dann umfassend mit dem Text konfrontiert. Auf dieser Grundlage werden induktive Kategorien entwickelt, die in weiterer Auseinandersetzung mit den Texten immer wieder reflektiert werden. Nach dem Durcharbeiten von 10 bis 50 % des Materials wird das Kategoriensystem überarbeitet und auf Logik überprüft (MAYRING 1999:93). In der Forschungspraxis werden deduktive und induktive Vorgehensweisen miteinander verzahnt (KUCKARTZ 1999:203). Eine Kategorie aus der Perspektive der Inhalts- oder Textanalyse ist dabei eine Bezeichnung, die von der Bearbeiterin der Texte definiert wird. Diese muss nicht notwendigerweise im Text vorkommen; es handelt sich dabei um einen strukturierenden Oberbegriff, eine analytische Kategorie, um bestimmte Phänomene im Text zu identifizieren und im späteren Auswertungsprozess wieder zu finden (KUCKARTZ 1999:77). Sie dienen so als Wegweiser bzw. als Zeiger auf bestimmte Themen im Text und sind Grundlage für die weitere Analyse des Textes. Die Kategorien selbst bieten bei dieser Vorgehensweise noch kein valides Forschungsergebnis (DERS.:94). Es ist im Forschungsprozess zu berücksichtigen, dass Kategorien zwar auf der einen Seite zu Entdeckungen im Text führen und dadurch neue Perspektiven eröffnen. Auf der anderen Seite können sie zu einer Einengung des Blicks führen – das, was im Kategoriensystem nicht erfasst wird, ist hinterher nicht mehr zu sehen. Zumal die Kategorienbildung immer eine Interpretationsleistung ist und die Kategorien sich nicht *von selbst* aus dem Text ergeben. Ein aussagekräftiges Kategoriensystem bedarf daher einer sehr sorgfältigen Analyse und wiederholten Reflektion der Texte (DERS.:97).

In der vorliegenden Untersuchung wurden die transkribierten Texte zunächst entsprechend formatiert und in das Computerprogramm Maxqda zur qualitativen Datenanalyse eingelesen. Danach wurde eine line-by-line-Kodierung aller vorliegenden transkribierten Interviewtexte vorgenommen. In einem ersten Schritt wurde der zu bearbeitende Text in der Papierversion im Ganzen durchgelesen. Danach wurde er in einer genauen Analyse am Bildschirm Wort für Wort durchgearbeitet. Dabei wurde jeder

thematisch relevanten Aussage in einem offenen Kodierungsverfahren eine entsprechende Kategorie zugeordnet. Das Computerprogramm ermöglicht dabei, im Verlauf der Auswertung beliebig viele Ober- oder Unterkategorien einzufügen, diese entsprechend auf- bzw. abzustufen und sie gegebenenfalls umzubenennen. Es wird allerdings keine automatische Kodierung durch das Programm durchgeführt, sondern eine intellektuelle Kodierung, Resultat menschlicher Interpretationsleistung (KUCKARTZ 1999:75). Da das Kodieren, wie oben beschrieben, nicht nur der Strukturierung und Ordnung der Texte dient, sondern auch zu Entdeckungen und theorieorientierten Gedanken führt, werden alle weiterführenden Ideen während des Kodierungsverlaufs sofort notiert. In dieser Arbeit wurde von der durch *Maxqda* gegebenen Möglichkeit Gebrauch gemacht, diese in Form von Memos an der entsprechenden Stelle im Text zu notieren. Der sinnvolle Umgang mit den Memos wird dadurch ermöglicht, dass diese auch unabhängig vom jeweiligen Entstehungsort abzurufen sind.

Mit diesem Kodierungsverfahren ist nach der gründlichen Analyse des ersten Interviews ein umfassendes Kategoriensystem entstanden, welches die Struktur der Antworten in diesem Interview widerspiegelt. In jedem weiteren Interview konnte dieses System modifiziert und weiter entwickelt werden. Nach der Wort-für-Wort-Kodierung des dritten Interviews wurde das entstandene Kategoriensystem grundlegend überarbeitet und auf seine innere Logik überprüft: Sind die Gewichtungen der Oberkategorien vergleichbar? Ist das System von Ober- und dazugehörigen Unterkategorien in sich schlüssig? Werden alle aus dem Leitfaden entwickelten relevanten Themenbereiche abgedeckt? Das auf diese Weise entstandene System hat sich im weiteren Verlauf der Auswertung als weitgehend aussagekräftig für den erfragten Themenkomplex erwiesen. Bei der Kodierung der übrigen Interviews waren nur noch kleinere Ergänzungen und Modifizierungen der Kategorien nötig. Die entsprechenden Textstellen und Aussagen konnten den schon vorhandenen Kategorien und Codes zugeordnet werden. Die sorgfältig durchgeführte Kategorisierung der Interviewtexte bildet im weiteren Verlauf der Auswertung sowohl die Grundlage für die Fallanalyse als auch für die Fallvergleiche<sup>49</sup>. Die Fallanalyse stützt sich auf die Kategorien, die innerhalb eines einzelnen Falles von Bedeutung sind. Dabei ist sowohl die quantitative Verteilung als auch die qualitative Ausprägung relevant. Ausgangspunkt der Fallvergleiche sind die fallübergreifend ermittelten Kategorien. Die einer Kategorie zugeordneten Aussagen werden fall- und textübergreifend ausgewertet. Hierdurch lassen sich sowohl Gemeinsamkeiten wie auch Unterschiede gezielt ermitteln.

---

<sup>49</sup> Kategoriensystem im Anhang

*Maxqda* bietet die Möglichkeit, die einer Kategorie zugeordneten Textstellen fallübergreifend aufzurufen und erleichtert so das Auswertungsverfahren.

#### FALLBESCHREIBUNGEN UND FALLVERGLEICHE

Nach der Kodierung und Kategorienbildung des erhobenen Textmaterials gilt der nächste Arbeitsschritt den umfassenden Fallbeschreibungen und der Interpretation. Dies ist zunächst aufgrund der relativ geringen Anzahl von Fällen möglich. Weiterhin hat sich gezeigt, dass die Gestaltung einer nachhaltigen Ernährungsweise sowie der Haushaltsführung sehr individuell gehandhabt wird. So unterscheiden sich alle Haushalte voneinander und zeigen ein jeweils einzigartiges, charakteristisches Profil. Dieses soll in den jeweiligen Fallbeschreibungen bzw. -rekonstruktionen vorgestellt werden, um ein umfassendes, ganzheitliches Bild der befragten Haushalte zu vermitteln.

„Das Besondere des Falls im Kontext allgemeiner Regelmäßigkeiten erfolgt in einem Prozess, in welchem der Fall aus einem Horizont objektiver Möglichkeiten spezifische (auferlegte oder selbstgesteuerte) Wahlen trifft. Dieser fallspezifische Selektionsprozess steht im Mittelpunkt der Fallrekonstruktionen“ (HILLENBRAND zitiert nach Brüsemeister 2000:62).

„Bei der Frage der Generalisierbarkeit von Befunden aus Einzelfallstudien wird oftmals die Konstruktion Teil-Ganzes oder Besonderes-Allgemeines bemüht. Dabei geht man davon aus, dass Einzelfallergebnisse in größere soziale Zusammenhänge eingebettet sind, dass Beschreibungen und Erklärungen der kleineren sozialen Einheit auf größere soziale Zusammenhänge verweisen“ (BRÜSEMEISTER 2000:64).

Um wiederkehrende Handlungsmuster zu identifizieren und Aussagen zu typischen Umsetzungsstrategien eines Leitbilds treffen zu können, bedarf es in einem weiteren Arbeitsschritt fallübergreifender Analysen, die bestimmte Aspekte im Umgang mit nachhaltigen Ernährungsweisen herausgreifen und hier sowohl Unterschiede wie auch Gemeinsamkeiten zwischen den untersuchten Fällen identifizieren können. Die Formulierung der Hypothesen dieser Arbeit stützt sich sowohl auf die Basis der Fallbeschreibungen sowie der fallübergreifenden Vergleiche. Durch die Methodik der Fallvergleiche können Hypothesen formuliert, reflektiert und überprüft werden.

#### THEORETISCHER HINTERGRUND UND VORGEHENSWEISE

Die Auswertung der Daten bezieht sich auf die Methodik und den theoretischen Hintergrund der qualitativen Inhaltsanalyse (MAYRING 1999:92) und der Grounded Theory nach STRAUSS (STRAUSS/CORBIN 1996).

Für den Umgang mit dem gewonnenen Datenmaterial im Hinblick auf Fallbeschreibungen bietet die Methode der qualitativen Inhaltsanalyse drei verschiedene Wege an:



- *Zusammenfassung*: Das Material wird so zusammengefasst, dass der wesentliche Inhalt erhalten bleibt, durch Abstraktion wird ein überschaubarer Korpus geschaffen, der immer noch ein Abbild des Grundmaterials ist.
- *Explikation*: zu einzelnen fraglichen Textteilen wird zusätzliches Material herangetragen, welches das Verständnis erweitert, die Textstelle erläutert, erklärt, deutet → Kontextanalyse.
- *Strukturierung*: Ziel der Analyse ist es, bestimmte Aspekte aus dem Material herauszufiltern, unter vorher festgelegten Ordnungskriterien einen Querschnitt durch das Material zu legen oder das Material aufgrund bestimmter Kriterien einzuschätzen (MAYRING 1999:92).

Die Fallbeschreibungen wurden zunächst mit dem Ziel durchgeführt, die untersuchten Fälle charakteristisch darzustellen und den jeweiligen Umgang mit dem Leitbild der nachhaltigen Ernährungsweise zu beschreiben. Aus diesem Grund ist die oben beschriebene Methode der Explikation an dieser Stelle nicht zielführend. Die Fallbeschreibungen wurden sowohl auf der Grundlage einer Zusammenfassung als auch mit Hilfe einer themenorientierten Strukturierung der Texte entwickelt. Nach einer kurzen soziodemographischen Beschreibung der jeweiligen Haushalte orientierten sich die Fallbeschreibungen an den zentralen Aspekten der dieser Arbeit zugrunde liegenden Fragestellungen, welche sich auch im Interviewleitfaden widerspiegeln. Relevant für die Fallbeschreibungen waren dabei zum einen das Leitbild einer nachhaltigen Ernährungsweise und zum anderen die Umsetzung dieses Leitbilds (siehe Kap. 3.2.1).

Ziel von Einzelfallstudien ist es jedoch vor allem, die Deutungs- und Handlungsmuster eines Falles – hier der Familien – zu erarbeiten und die dahinter liegende Handlungslogik zu erfassen.

„Ausgangspunkt ist die für Einzelfallstudien entscheidende Frage, inwieweit vom Besonderen auf das Allgemeine geschlossen werden kann. Mit der dokumentarischen Methode der Interpretation wird diese Frage in zwei Operationen verwandelt, die gleichzeitig ablaufen. Vom Fallgeschehen ausgehend wird a) nach einem allgemeineren Muster gefahndet, welches wiederum auf den Fall rückgespiegelt wird und diesen erklärt. Wenn man will, lösen sich Induktion (von einem Fall auf die Regel schließen) und Deduktion (den Fall aus der Regel erklären) mehrmals ab, bevor Hypothesen über den Fall und die Regel endgültig fixiert sind“ (BRÜSEMEISTER 2000:66).

Daher wurde nach einer ersten Annäherung an die untersuchten Fälle durch die themengeleiteten Fallbeschreibungen in einem weiteren Schritt eine einzelfallorientierte Analyse mit dem Fokus auf die jeweilige Handlungslogik, die konkreten Bedingungen und die Umsetzungsstrategien durchgeführt. Für diese Fallstrukturanalysen wurde die Methode des axialen Kodierens angewendet. Diese ist zu verstehen als „[...] eine Reihe von Verfahren, mit denen durch das Erstellen von Verbindungen und Kategorien die Daten nach

dem offenen Codieren auf neue Art zusammengesetzt werden. Dies wird durch den Einsatz eines Codier-Paradigmas erreicht, das aus Bedingungen, Kontext, Handlungs- und interaktionalen Strategien und Konsequenzen besteht“ (STRAUSS/CORBIN 1996:75). Auf diese Weise können Verbindungen zwischen den ermittelten Kategorien hergestellt werden. KUCKARTZ beschreibt folgende sechs Aspekte, die das zugrunde liegende Handlungsmodell definieren. Beim axialen Kodieren werden die Kategorien im Hinblick auf diese Aspekte untersucht:

- Phänomene, auf die sich das Handeln richtet
- kausale Bedingungen für diese Phänomene
- Eigenschaften des Handlungskontextes
- intervenierende Bedingungen
- Handlungs- und Interaktionsstrategien
- deren Konsequenzen (KUCKARTZ 1999:82).

Die im Interesse dieses Auswertungsschrittes stehenden Problemkomplexe *Bedingungen*, *Strategien* und *Konsequenzen* werden als Kernthemen der Soziologie bezeichnet – es ist ihre Aufgabe, diese zu erklären. Sie stehen daher auch im Mittelpunkt qualitativer Forschung. Diese beschäftigt sich mit Bedingungen, Strategien und Konsequenzen von Prozessen, die von Akteuren initiiert werden und die sich auf Akteure auswirken (SCHIMANK 2000:9-18; ESSER 2001:43; BRÜSEMEISTER 2000:45). In anderem Kontext werden für diese Problemkomplexe andere Begrifflichkeiten verwendet, die sich aber auf vergleichbare Strukturen beziehen: nämlich die Situation, Selektion und Aggregation.

- Die **Logik der Situation** (*Bedingungen*) untersucht, wie sich Akteure in Handlungssituationen entscheiden. Vier Entscheidungsarten sind hier bekannt: normorientiert, nutzenorientiert, emotional oder auf die eigene Identität gerichtet.
- Die **Logik der Selektion** (*Strategien*) bezieht sich auf Kontextbedingungen im biographischen Verlauf. „Situationsdefinitionen der Akteure sind der entscheidende kausale Faktor bei der Formulierung von Handlungserklärungen. Bestimmte objektive Strukturmerkmale verursachen erst dann eine Handlung, wenn sie vom Akteur in einer bestimmten Weise wahrgenommen und interpretiert werden“ (BRÜSEMEISTER 2000:47).
- Die **Logik der Aggregation** (*Konsequenzen*) beschreibt, welche Strukturen, Konstellationen oder Aggregationen sich aus dem Handeln ergeben. Dieses bezieht sich auf Interaktionen. Aus den Entscheidungen des Einzelnen bzw. dem handelnden Zusammenwirken entstehen Strukturen, Konstellationen oder Aggregationen.

Diese Prozesse finden auf der Mikro-, Meso- und der Makroebene statt (DERS., nach ESSER 2000). Auf der Mikroebene steht die direkte Interaktion zwischen Individuen im Mittelpunkt. Die Mesoebene umfasst Handlungseinheiten wie Organisationen und Institutionen. Die Makroebene richtet den Blick auf den Handlungskontext der Gesellschaft. Es ist dabei zu beachten, dass die untersuchten Prozesse nicht abgeschlossen sind, sondern weiter wirken. So bringt die Logik der Selektion eine Konstellation hervor, die nachfolgende Selektionen beeinflusst.

Diese Problemkomplexe des Handelns bilden in der Grounded Theory die Matrix für Vergleiche und liefern das Kodierparadigma, den roten Faden für Kodierung und Kategorienbildung (BRÜSEMEISTER 2000:204; KELLE 1997:328; STRAUSS/CORBIN 1996:90ff.). Von Bedeutung ist in erster Linie, welche Bedingungen von den Akteuren wahrgenommen werden, welche Strategien sie formulieren und welche Konsequenzen für sie daraus entstehen – also eine subjektive Deutungsweise.

*Tabelle 5: Problemkomplexe des Handelns*

Bedingungen	Strategien	Konsequenzen
<p>Von welchen Strukturen, Konstellationen, Aggregationen wird das interessierte Handeln beeinflusst?</p> <p>Welche Situation nimmt der Handelnde selbst wahr?</p>	<p>Was charakterisiert ein Handeln (Selektionsentscheidung) in einer Situation?</p>	<p>Welche Strukturen, Konstellationen und Aggregationen bildet das Handeln aus?</p> <p>In welche gegebenen Strukturen, Konstellationen und Aggregationen fügt sich der Handlungsprozess ein?</p>

(modifiziert nach BRÜSEMEISTER 2000:205)

Im Prozess des axialen Kodierens wurde jeder Text vor dem Hintergrund der oben dargestellten Matrix erneut Wort für Wort durchgearbeitet. Parallel dazu wurde das vorher entwickelte Kategoriensystem unterstützend eingesetzt. Auf diesem Weg konnten vorher ermittelte Kategorien und beobachtete Phänomene miteinander in Verbindung gesetzt und fallspezifische Handlungsstrukturen ermittelt werden. Die Ergebnisse dieses Arbeitsschrittes werden jeweils im Anschluss an die themengeleiteten Fallbeschreibungen dargestellt.

Die fallübergreifende Analyse der erhobenen Befunde legt den Fokus in erster Linie auf die Unterschiede und Gemeinsamkeiten bezüglich der Handlungsbedingungen, -strategien und -konsequenzen. Auch hier wurde wie bei den Einzelfallbeschreibungen die Methodik des axialen Kodierens angewendet.

### **3.1.4 Ablauf der Feldarbeit**

#### **3.1.4.1 Das Untersuchungskollektiv – Begründung der Auswahl**

Für die empirische Annäherung an die Fragestellung nach der Umsetzung des Leitbilds einer nachhaltigen Entwicklungsweise wurden ausschließlich Familienhaushalte untersucht. Voraussetzung für die Aufnahme in das Untersuchungskollektiv war zum einen, dass mindestens ein minderjähriges Kind mit im Haushalt lebt und dass ein Teil der Lebensmittel aus biologischem Anbau gekauft wird. Familien sind für die Fragestellung der Arbeit aus mehreren Gründen interessant:

- Durch die Anwesenheit von Kindern ist eine größere Homogenität innerhalb der Gruppe im Hinblick auf soziodemographische Merkmale als auch auf die Alltagsbedingungen zu erwarten (KIRCHLER/RODLER/HÖLZL 2000:16). Familienhaushalte haben unabhängig vom Milieu knappere Zeit- und Geldressourcen, verglichen mit Haushalten ohne Kinder desselben Milieus. Ein großer Teil der Zeit ist gebunden (KLOCKE/SPELLERBERG/LÜCK 2002:74). Es zeigt sich, dass Lebensformen mit Kindern viele Gemeinsamkeiten aufweisen. Der Übergang zur Elternschaft führt dazu, dass sich die Konsummuster ähneln – ebenso wie die Konsummuster kinderloser Ehepaare oder nichtehelicher Lebensgemeinschaften ohne Kinder (ROSENKRANZ 2000: 144). Eine größere Homogenität innerhalb der Gruppe erhöht die Vergleichbarkeit der Fälle, da auf diese Weise einige Einflussfaktoren auf die Ernährungsweise ähnlich sind.
- Durch die gemeinsame Sorge für Kinder sind zur Organisation des Alltagslebens außerdem mehr Absprachen zwischen den Partnern erforderlich:

„[...] familiäre Lebensformen [sind] eine intersubjektive Praxis- und Konstruktionsleistung des Paares bzw. der einzelnen Familienmitglieder als familiäre Lebensführung [...]. Dadurch weisen wir Lebensführung einen Mehrebenencharakter zu: Während die erste Ebene von Lebensführung eindeutig auf der Ebene des Individuums anzusiedeln ist, erfasst die zweite Ebene die primäre Sozialform der alltäglichen Lebensführung: Ihre Verankerung der Funktionsweise im direkten sozialen Kontext. Gerade im Zusammenleben von Personen, die nicht nur ihre individuelle Lebensführung mit der des Partners koordinieren müssen, sondern darüber hinaus Kinder zu versorgen und einen entsprechend größeren Koordinations- und Synchronisationsaufwand zu bewältigen haben, wird der Austausch von Lebensführungen relevant: Erwerbsarbeit und Partnerschaft müssen auf die Eigenlogik kindlicher Lebensführung abgestimmt werden [...]. Die empirische Analyse des Alltagslebens von Familien hat uns in diesem Kontext gezeigt, dass diese Verschränkung von Lebensführungen die Funktionalität von Familie aufrechterhält.“ (Jürgens 2002:76)

- Elternschaft stellt sich als ein wesentlicher Faktor für die Entwicklung von Umweltbewusstsein heraus (GRUNENBERG/KUCKARTZ 2003:17;72). In mehreren Untersuchungen hat sich gezeigt, dass das Interesse für gesunde und ökologische Ernährung in Familien mit Kindern besonders groß ist (siehe Kap. 2.2.3.3). Zum

einen sind die Eltern direkt verantwortlich für die Gesundheit des Kindes. Zum anderen bekommt die in Nachhaltigkeitskonzepten angesprochene abstrakte Verantwortung für die nachfolgende Generation plötzlich im wahrsten Sinne des Wortes ein Gesicht und eine Gestalt – Eltern zeigen eine andere Art von Zukunftsbezug und größeres Interesse für Angelegenheiten der Gemeinschaft (GRUNENBERG/KUCKARTZ 2003:23). PREISENDÖRFER nennt diesen Effekt der Elternschaft auch „Schattenthese“, da die Zukunft der Kinder quasi wie ein Schatten in den Alltag mit den Kindern hineinragt (PREISENDÖRFER 1999:146).

- Kinder haben sowohl direkten als auch indirekten Einfluss auf die Entscheidungsprozesse in den Haushalten. Je nach Alter der Kinder können hier unterschiedliche Effekte erwartet werden (siehe Kap. 2.2.3). Aus diesem Grund wurde die Altersspanne der Kinder bei der Auswahl der Familien möglichst weit angelegt.
- Die Familie ist die zentrale Sozialisationsinstanz für die Ernährungserziehung der Kinder. Hier wird der Grundstock für das Ernährungsverhalten der nächsten Generation gelegt und Werte in Bezug auf die Ernährung vermittelt (siehe Kap. 2.2). Familien tragen auch aus diesem Grund eine besondere Verantwortung im Hinblick auf nachhaltige Ernährungsweisen. Die Zukunftsperspektive der Fragestellung durch die Befragung von Familienhaushalten wird daher zusätzlich erweitert.
- Familienhaushalte sind gesellschaftlich stark eingebunden. Sie haben viele institutionelle Kontakte (Schulen, Kindergärten, Kommune, Arbeitgeber etc.) und werden dadurch direkt mit vielfältigen gesellschaftlichen Rahmenbedingungen konfrontiert. Dieser Effekt wird noch einmal verstärkt durch die engen zeitlichen und finanziellen Ressourcen. Es ist zu vermuten, dass unter diesen Voraussetzungen die gesellschaftlichen Rahmenbedingungen für die Entwicklung und Umsetzung nachhaltiger Ernährungsweisen eher wahrgenommen werden als bei größeren Handlungsspielräumen. Weiterhin ist davon auszugehen, dass Familienhaushalte durch das Zusammenleben von verschiedenen Generationen und Geschlechtern mit einer großen Bandbreite an gesellschaftlichen Leitbildern und Werten konfrontiert sind, die in das Familienleben integriert werden.

Für die Fragestellung der Arbeit war es von zentraler Bedeutung, dass die Familien ihrem haushälterischen Handeln das Leitbild einer nachhaltigen Ernährungsweise zugrunde legen. Der Terminus *Nachhaltigkeit* hat in der Alltagssprache allerdings keinen festen Platz, in Umfragen konnten nur 28 % der Befragten diesem Begriff die entsprechende Bedeutung zuordnen (GRUNENBERG/KUCKARTZ 2003:16). Daher wurde bei

Kontaktaufnahme mit den Haushalten vor allem auf die bekannteren Begriffe *ökologisch*, *gesund* und *sozial* zurückgegriffen, die die einzelnen Dimensionen der Nachhaltigkeit bezeichnen und in der Alltagssprache geläufiger sind. Da die konkrete Gestaltung, Entwicklung und Interpretation des jeweiligen Leitbilds in den Familien ebenfalls Gegenstand der Untersuchung sein sollte und hier im Vorfeld keine normativen Standards zugrunde gelegt wurden, war diese Vorgehensweise möglich, ohne Nachteile für die Untersuchung bei der Zusammensetzung des Untersuchungskollektivs erwarten zu müssen.

#### **3.1.4.2 Zugang zum Untersuchungskollektiv und Kontaktaufnahme**

Produkte aus ökologischem Landbau bzw. aus entsprechender Tierhaltung spielen im Kontext nachhaltiger Ernährungsweisen eine zentrale Rolle (siehe Kap. 2.1.5). In mehreren Arbeiten konnte gezeigt werden, dass sowohl Umwelt- als auch Gesundheitsorientierung wichtige Motive für den Kauf von Bio-Produkten sind (MAGNUSSON/ARVOLA et al. 2003:115, SCHÄFER 2003:66, BRUNNER 2003:263, v. ALVENSLEBEN/BRUHN 2001:4). Daher wurde der Kauf von Bioprodukten bei der Kontaktaufnahme mit den Haushalten und bei der Auswahl als Indikator für das Leitbild einer nachhaltigen Ernährungsweise zugrunde gelegt. Der Anteil der Bioprodukte an allen Lebensmitteln spielte dabei keine Rolle, da wie oben beschrieben keine normativen Standards vorausgesetzt wurden.

Die Kontaktaufnahme mit den Haushalten fand über einen Naturkostladen, einen Anbieter von Gemüse- und Obst-Abonnement-Kisten sowie über einen Bioland-Wochenmarktbeschicker statt. Im Naturkostladen wurde per Aushang nach interessierten Familien gesucht und den Abo-Kisten wurde derselbe Text als Handzettel beigelegt. Weiterhin wurden Handzettel am Bioland-Stand verteilt.<sup>50</sup> Eine erste Kontaktaufnahme mit den interessierten Haushalten fand per Telefon oder E-Mail statt. In allen Fällen fand ein etwas ausführlicheres Telefongespräch statt, welches zur endgültigen Auswahl der Haushalte führte. Eine Voraussetzung war hierbei zunächst, dass mindestens zwei der Nachhaltigkeitsdimensionen als relevant für die Ernährungsweise der Familie bezeichnet wurden<sup>51</sup>.

---

<sup>50</sup> Der Text des Handzettels ist im Anhang nachzulesen.

<sup>51</sup> Eine klare Gewichtung für eine Dimension war allerdings möglich und kein Hinderungsgrund für die Aufnahme in das Untersuchungskollektiv.

Die Familien wurden über den geplanten Ablauf des Interviews informiert: die in etwa zu erwartende Dauer, die Form des Paarinterviews, die Durchführung in der Wohnung der Familien und die Aufzeichnung des Gesprächs. Danach wurden sie erneut nach ihrer Bereitschaft gefragt. Weiterhin hatten die Familien in dem Gespräch die Gelegenheit, sich genauer über den Hintergrund der Studie zu informieren. Von fünfzehn Haushalten, die sich auf den Aufruf gemeldet haben, blieben nach dem einführenden Gespräch zehn Haushalte übrig, die weiterhin bereit waren, ein Interview durchzuführen. Bei den Familien, die aus dem Untersuchungskollektiv ausschieden, war in einem Fall die eindimensionale Gewichtung des Leitbilds ausschlaggebend, in allen anderen Fällen die organisatorische Hürde des Paarinterviews. Ein weiteres Interview musste leider im weiteren Verlauf aufgrund der sehr schlechten Aufnahmequalität ausscheiden.

#### **3.1.4.3 Vorstellung des Untersuchungskollektivs**

Die Vorgabe des Leitbilds der nachhaltigen Ernährungsweise und der hier gewählte Zugang zum Untersuchungskollektiv bringt eine bestimmte milieuspezifische Verortung der Familienhaushalte mit sich. Die Ergebnisse einer Studie zu KäuferInnen im Naturkostladen weisen darauf hin, dass in erster Linie Familien aus der bürgerlichen Mitte, dem postmateriellen Milieu oder aus dem Milieu der modernen Performer zu erwarten sind (BIO-VERLAG 2006:5). Diese Vorauswahl hat zur Folge, dass im Kollektiv entsprechende milieuspezifische Wertorientierungen und Lebensentwürfe zu erwarten sind. In der Auswertung der Ergebnisse wird zu den lebens- und haushaltsstilbezogenen Aspekten immer wieder Stellung genommen. Es ist weiterhin zu vermuten, dass die Aussagekraft der Ergebnisse für die hier vertretenen Milieus am größten ist.

Entsprechend des Verteilungsradius der Abo-Kisten und dem Standort des Marktbeschickers nahmen drei Familien aus Frankfurt, drei aus Gießen und drei aus den umliegenden Gemeinden teil. Von den neun interviewten Familien hatten jeweils zwei Familien drei Kinder, zwei Familien zwei Kinder und die restlichen fünf Familien ein Kind. Die Altersspanne der fünfzehn Kinder im Untersuchungskollektiv reichte von 3 Monaten bis zu 15 Jahren, wobei nur insgesamt zwei Kinder älter waren als 10 Jahre. Die Befragten selbst waren zwischen 28 und 44 Jahre alt. In einem Haushalt lebte die Mutter mit einem neuen Partner zusammen. Alle Männer und fast alle Frauen (sieben von neun) hatten eine akademische Ausbildung. Dies bestätigt die Vermutung, dass sich die Familien aus den zu erwartenden Milieus rekrutieren. Weiterhin ist in den Familien die gesellschaftliche Tendenz zur Eehomogenität abgebildet (MEIER 2003b:273). Auf die Verortung der Familien in den drei zu erwartenden Lebensstilmilieus deutet auch die beobachtete Abkehr von traditionellen Arbeitsteilungsmustern hin. Diese stimmt nicht

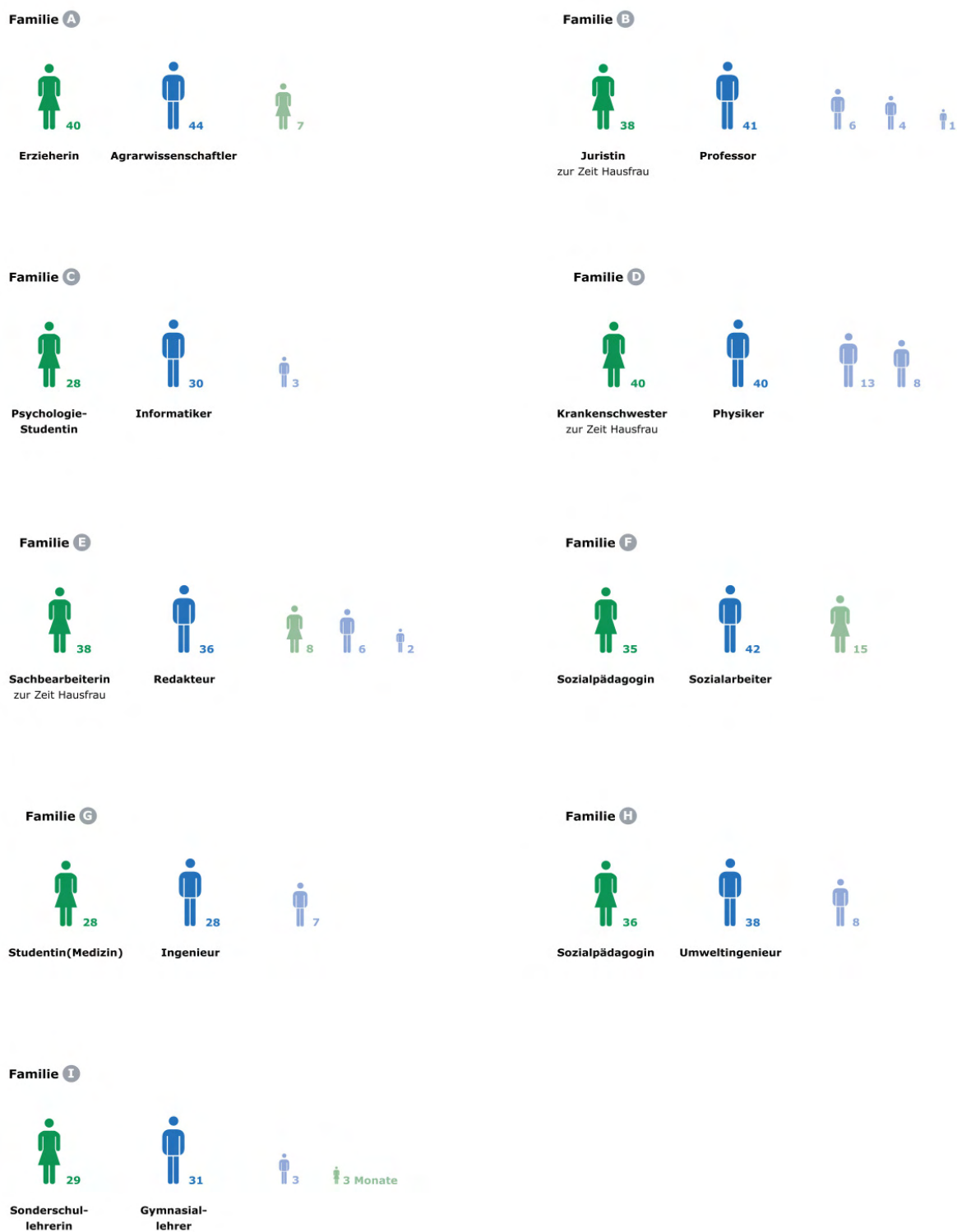
mehr mit dem Lebensentwurf von Frauen – besonders mit akademischer Ausbildung – überein (SETZWEIN 2004:202).

Nur eines der neun Paare hatte mit der Geburt des ersten Kindes bewusst ein traditionelles Arbeitsteilungsmuster vereinbart, bei dem der Mann vollzeit-berufstätig bleibt und die Frau (mit akademischer Ausbildung) dauerhaft ihre Berufstätigkeit aufgibt und Hausfrau wird. In den befragten Haushalten spiegelt sich allerdings auch das strukturelle Problem wider, partnerschaftliche Arbeitsteilungsmuster dauerhaft umzusetzen. Ebenfalls nur bei einem Paar haben beide Partner eine halbe Stelle und teilen sich die Verantwortung für Kind und Haushalt. Bei allen anderen Paaren übernehmen die Frauen den größeren Part bei der Alltagsversorgung der Familie: Zum Zeitpunkt der Interviews befanden sich drei Frauen in Elternzeit, und eine war aufgrund einer Erkrankung seit einem Jahr Vollzeit-Hausfrau. So ergibt sich im Gesamtbild, dass insgesamt vier Familien dauerhafter eine traditionelle Arbeitsteilung leben, auch wenn es in diesem Umfang nicht den Lebensentwürfen der Partner entspricht. Eine Frau ist in Vollzeit berufstätig, zwei Frauen halbtags und zwei waren (noch) Studentinnen. Von den Männern waren acht in Vollzeit berufstätig, vier von ihnen machen in nennenswertem Umfang Überstunden, einer nimmt täglich eine Fahrzeit von insgesamt 2,5 h in Kauf. Nur ein Mann hatte zum Zeitpunkt des Interviews eine halbe Stelle inne. Allerdings gab es bei fünf Paaren längere Phasen, in denen sie eine partnerschaftliche Arbeitsteilung umsetzen konnten oder in denen der Mann Elternzeit genommen hat und die Frau in Vollzeit berufstätig war. Die partnerschaftliche Arbeitsteilung entspricht bei diesen Paaren nach wie vor der Idealvorstellung, zwei der drei Frauen in Elternzeit planen eine Rückkehr in den Beruf, sobald das jüngste Kind etwas älter geworden ist bzw. bis adäquate Kinderbetreuungsmöglichkeiten gefunden sind. Vier der acht vollzeit-berufstätigen Männer würden gern ihre Arbeitszeit zugunsten von Familienzeit reduzieren.

Die Betreuung der Kinder ist bei den befragten Familien sehr unterschiedlich organisiert. In allen drei Familien mit Kindern unter 3 Jahren werden die Kinder von den Müttern zur Zeit zu Hause betreut. Die Familie mit dem Säugling plant allerdings, sich vor dem Kindergartenalter der jüngsten Tochter um einen Betreuungsplatz zu bemühen. Bei den drei Familien mit Kindern im Kindergartenalter sind die Kinder in zwei Familien über Mittag versorgt und betreut, eine Familie hat die Möglichkeit der Mittagsverpflegung bewusst nicht in Anspruch genommen. Insgesamt sechs Familien mit Schulkindern gehören zum Untersuchungskollektiv. Davon haben zwei Kinder einen Hortplatz, ein Kind verbringt drei Nachmittage in der Woche bei den Großeltern. Das älteste Kind in der befragten Gruppe versorgt sich nach der Schule selbst. In den zwei übrigen Familien sind die Mütter nicht berufstätig und übernehmen die tägliche Mittagsverpflegung.



ABB. 7: SOZIODEMOGRAFISCHE KURZPROFILE DER BEFRAGTEN FAMILIEN



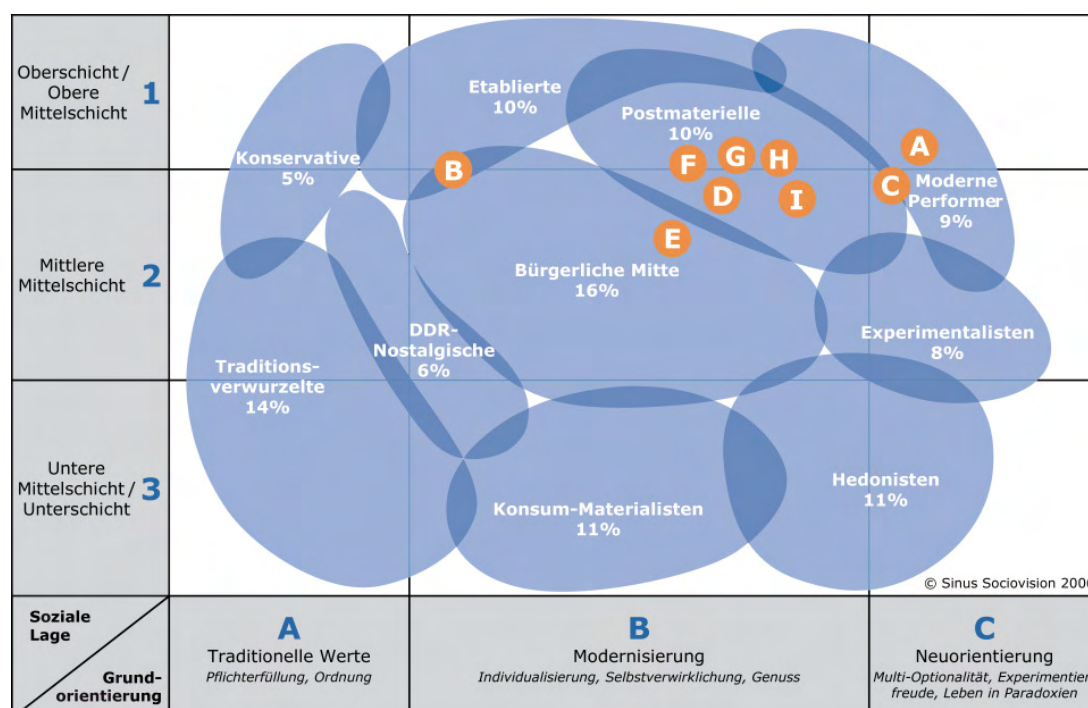
Auch der Zugang zur nachhaltigen Ernährungsweise gestaltet sich in den befragten Familien sehr unterschiedlich. So stehen in drei Familien klar die gesundheitlichen Aspekte im Vordergrund, nur in einer Familie spielt die Gesundheit als Motivation für nachhaltige Ernährung ausdrücklich keine Rolle. Vergleichbar zeichnet sich im Untersuchungskollektiv die Bedeutung der ökologischen Dimension ab: Ebenfalls in drei Familien sind ökologische Aspekte im Rahmen einer nachhaltigen Ernährungsweise von zentraler Bedeutung. Nur in einem Fall spielt dies keine nennenswerte Rolle. Soziale Aspekte werden von allen Familien als relevant für Ernährungsentscheidungen eingestuft, stehen aber bei keinem der Haushalte im Vordergrund und werden im Zweifelsfall der ökologischen oder gesundheitlichen Priorität untergeordnet. Die befragten Personen waren alle sehr schlank bis normalgewichtig. Deutliches Übergewicht lag bei keinem der Interviewten vor, auch in Bezug auf die Kinder spielte das Thema Übergewicht keine Rolle.

Die finanzielle Situation der untersuchten Familien ist entsprechend des beruflichen Status ausreichend bis sehr gut. Die monatliche pro Kopf verfügbare Summe nach Abzug der festen Kosten für Wohnen liegt bei den befragten Familien etwa zwischen 350 und 800 €.

Wie weiter oben beschrieben, gehören die untersuchten Familien ähnlichen sozialen Milieus an. Zur plastischen Darstellung wird hier die soziale Verortung der befragten Familien mit einer Einordnung in die aktuellen Sinus-Milieus gezeigt.

„Die Sinus-Milieus gruppieren Menschen, die sich in ihrer Lebensauffassung und Lebensweise ähneln. Grundlegende Wertorientierungen gehen dabei ebenso in die Analyse ein wie Alltagseinstellungen zur Arbeit, Freizeit, zu Geld und Konsum. Sie rücken also den Menschen und das gesamte Bezugssystem ganzheitlich ins Blickfeld“ (Bio-Verlag 2006:8).

ABB.8.: EINORDNUNG DER FAMILIEN IN DIE SINUS-MILIEUS



(modifiziert nach SINUS-SOCIOVISION 2006)

**Postmaterielle:** aufgeklärte Nach-68er, postmaterielle Werte, kritisch gegenüber Neo-Liberalismus und Globalisierung, vielfältige intellektuelle Interessen, ökologische Avantgarde und Kernmilieu der Bio-Käufer, gesellschaftliches Leitmilieu.

**Bürgerliche Mitte:** status-orientierter Mainstream: Streben nach beruflicher und sozialer Etablierung sowie gesicherten, harmonischen Verhältnissen, quantitativ größtes Milieu, orientieren sich vor allem in den Bereichen Gesundheit, Ernährung und Ökologie an den Postmateriellen.

**Moderne Performer:** junge, unkonventionelle Nachwuchselite: intensiv leben – beruflich wie privat, flexibel, mobil, multioptional (BIO-VERLAG 2006:9).

### 3.1.4.4 Ablauf der Interviews

Die Erhebungsphase erstreckte sich vom Sommer 2002 bis Anfang 2003. Es wurden zunächst mit zwei Familien Pretest-Interviews durchgeführt. Der Kontakt zu diesen beiden Haushalten wurde über Bekannte vermittelt. Nach einer Überarbeitung des Interviewleitfadens und Reflektion über die Interviewtechnik wurden die zehn Interviews mit den Haushalten des Untersuchungskollektivs geführt. Die Gespräche fanden ausnahmslos in den privaten Wohnungen statt, entweder im Wohn- bzw. Esszimmer oder in der Küche, in einem Fall im Arbeitszimmer. Alle Interviews wurden von der Verfasserin selbst durchgeführt. Sie dauerten zwischen 75 und etwa 120 Minuten. Bis auf ein

Vormittagsgespräch wurden alle Interviews am Abend durchgeführt. In einem Fall wurde das Gespräch allein mit der Frau durchgeführt, alle anderen Befragungen fanden als Paarinterview statt. In einer Familie hat die 15-jährige Tochter am Gespräch teilgenommen.

Die Gesprächsatmosphäre war in allen Familien sehr offen, angenehm und kooperativ. Dadurch, dass sich die Familien aus eigenem Antrieb für die Teilnahme an der Erhebung entschieden haben, waren keine Vorbehalte gegenüber dem Thema zu erwarten. „Das Interesse am Thema, die Bereitschaft zur Unterstützung einer wissenschaftlichen Befragung und die Anerkennung dadurch, daß die eigene Meinung von anderen als wichtig erachtet wird, sind Motive des Befragten, unentgeltlich an einem Interview teilzunehmen“ (DIEKMANN 1996:377). Für den positiven Verlauf der Gespräche und eine offene Atmosphäre spricht außerdem, dass das Thema *Ernährung* im Rahmen der Alltagsgestaltung für jeden Menschen relevant, aber nicht besonders intim oder kritisch ist.

Die Interviews wurden offen geführt und durch den Leitfaden gestützt. Die Gewichtung bei der Wahl der Gesprächsthemen wurde in erster Linie durch die Befragten vorgegeben. Entsprechend der Methodologie leitfadengestützter Interviews ist davon auszugehen, dass die so abgebildete Schwerpunktsetzung auch jener in der Alltagsgestaltung entspricht. Alle Interviews wurden mit der Frage nach den Mahlzeiten und der Ernährung aller Familienmitglieder am betreffenden Tag und nach eventuellen Abweichungen vom typischen Ablauf begonnen. Die Interviewerin hat die Gesprächspartner zunächst frei erzählen lassen und nur bei Unklarheiten gegebenenfalls nachgefragt. Danach wurden in Orientierung am Leitfaden Fragen zu den Themenbereichen gestellt, die bisher noch nicht angesprochen wurden. So wurde die Einstellung zu den Dimensionen der Nachhaltigkeit erfragt, die im Gespräch bisher explizit nicht erwähnt worden waren. Im Antwortverhalten der Interviewpartner spiegeln sich die unterschiedliche Wertigkeiten wider. Aspekte, die in einer Familie von großer Bedeutung sind, spielen in einer anderen Familie keine oder nur eine untergeordnete Rolle. Entsprechend des Thomas-Theorems werden jeweils die Dinge thematisiert, die im konkreten Fall auch von Bedeutung sind.

## 3.2 Ergebnisse der qualitativen Studie

### 3.2.1 Fallbeschreibungen

#### Struktur der Darstellung

Als Einstieg in die Fallbeschreibungen wird zunächst jede Familie mit einer Darstellung der soziodemographischen Daten kurz vorgestellt. Das Einkommen und die monatliche Belastung durch Wohnen vermittelt einen Eindruck vom finanziellen Spielraum, da dies im Haushaltsbudget der größte und zumindest kurzfristig nicht veränderbare Posten ist. Die Arbeits- und Wegezeiten spiegeln das *öffentliche* Arbeitsteilungsmuster wider und zeigen den zeitlichen Spielraum der Haushalte.

Die sich anschließende umfassende Beschreibung aller Fälle orientiert sich an den folgenden Themenkomplexen, die sich aus der Fragestellung dieser Arbeit ergeben und dem Leitfaden für die Interviews zu Grunde lagen:

#### LEITBILD EINER NACHHALTIGEN ERNÄHRUNG

- grundlegende Wertorientierungen beider Partner: welches gemeinsame Leitbild entsteht?
- Auslöser für die Hinwendung zu einer nachhaltigen Ernährung – biographischer Hintergrund
- individuelles Leitbild der Familie: Bedeutung der einzelnen Dimensionen – Prioritäten innerhalb der Nachhaltigkeit

#### UMSETZUNG IM FAMILIENALLTAG

- Organisation der Alltagsversorgung in der Familie: Arbeitsteilung und Haushaltsstil
- konkrete Ausprägung der familialen Ernährungsweise – auf was wird in der Ernährung Wert gelegt?
- Rolle der einzelnen Haushaltsmitglieder – Aushandlungsmuster
- wahrgenommene Potenziale und Hemmnisse im Alltag

Aufgrund der offenen, leitfadengestützten Interviewtechnik sind nicht in allen Fällen alle Aspekte gleich umfangreich abgedeckt und erscheinen demnach in der Darstellung auch mit unterschiedlichem Gewicht.

In einem weiteren, abstrahierten Arbeitsschritt wurden die im Interview erhobenen Daten nach den Problemkomplexen des Handelns – Bedingungen, Strategien und

Konsequenzen einer nachhaltigen Ernährungsweise – ausgewertet, um die Voraussetzungen und Umsetzungsstrategien für das Leitbild gezielt identifizieren zu können. Dieser Schritt orientiert sich an der Technik des axialen Kodierens nach STRAUSS/CORBIN. Auf diese Weise werden Verbindungen zwischen den ermittelten Kategorien hergestellt. Unter ursächlichen Bedingungen werden Ereignisse, Vorfälle und Geschehnisse verstanden, die zum Auftreten oder der Entwicklung eines Phänomens führen (STRAUSS/CORBIN 1996:75). Das Phänomen in diesem Fall ist das Leitbild und die Umsetzung einer nachhaltigen Ernährungsweise. Die Leitfragen bei der Analyse lauten: Von welchen Strukturen, Konstellationen, Aggregationen wird das interessierte Handeln beeinflusst? Und: Welche Situation nimmt der Handelnde selbst wahr? Mit diesem Schritt werden sowohl die im entsprechenden Fall bedeutsamen Voraussetzungen für eine nachhaltige Ernährungsweise identifiziert wie auch die Hemmnisse, die der Umsetzung des Leitbilds im Wege stehen (ursächliche Bedingungen vs. intervenierende Bedingungen).

Nach dieser ausführlichen Analyse der einzelnen Interviews werden in einem weiteren Arbeitsschritt Fallvergleiche durchgeführt. Diese orientieren sich ebenfalls an den erkenntnisleitenden Fragestellungen und den Leitfragen der Interviews. Mit Hilfe der Fallvergleiche lassen sich fallübergreifende Aspekte erfassen – sowohl im Hinblick auf Unterschiede als auch auf Gemeinsamkeiten bei den befragten Haushalten. Aufbauend auf die Fallvergleiche ist es dann möglich, abschließend Schlussfolgerungen und Hypothesen aus dem gewonnen empirischen Material zu bilden.

## **Familie A: „Hauptsache Bio!“**

### SOZIODEMOGRAPHISCHE DATEN

Frau (40) und Herr A (44) leben mit ihrer 7-jährigen Tochter in Frankfurt. Sie bewohnen zwei Wohnungen in einem Haus mit jeweils 55 m<sup>2</sup>, wovon die eine überwiegend als Arbeitsplatz von Herrn A genutzt wird. Es gibt einen kleinen Garten am Haus, in dem etwas Obst und Gemüse angebaut wird. Frau A arbeitet 20 Stunden pro Woche, verteilt auf drei Arbeitstage, in einem Hort als Erzieherin. Herr A ist promovierter Agrarwissenschaftler und arbeitet 60 Stunden in der Woche im wissenschaftlichen Bereich. Beide haben keine nennenswerten Wegezeiten zum Arbeitsplatz. Die Tochter besucht die Grundschule und wird an den Tagen, an denen ihre Mutter ganztags arbeitet, nachmittags von den Großeltern betreut. Der Familie steht ein Haushaltsnettoeinkommen zwischen 3000 und 4000 € pro Monat zur Verfügung. Die monatliche Belastung für die Wohnungen liegt bei etwa 400 €.

#### LEITBILD EINER NACHHALTIGEN ERNÄHRUNG

Bei Familie A stehen die ökologischen und genussorientierten Aspekte einer nachhaltigen Ernährung im Vordergrund. Sie verfolgen dieses Leitbild schon sehr lange. Herr A hat sich schon als Jugendlicher für die Entwicklungsproblematik interessiert und sich in Dritte-Welt-Initiativen engagiert. Motivation für ihn war die Erkenntnis über den Zusammenhang zwischen dem Ernährungskonsum hier und da sowie die offensichtliche Ungerechtigkeit.

„Man ist einfach der Meinung, man müsste irgendetwas tun [...] Das fing schon sehr früh an und das Studium war das Ergebnis davon, nicht umgekehrt [...] ich hab also den Studienkatalog genommen, wie ich am besten die Menschheit retten kann sozusagen.“ (34ff.)<sup>52</sup>

Während des Studiums haben sich das Interesse und das Engagement dann auf die ökologische Landwirtschaft verlagert. Nach einer zunächst rein politischen Auseinandersetzung mit dem Thema kam dann auch die Übertragung in den Alltag, und Bioprodukte spielten zunehmend eine Rolle:

„Im Studium hab' ich bei Aldi eingekauft. Und ich wollte Entwicklungshilfe machen, so dieser klassische Weg, und war eigentlich völlig darauf gepolt und hab' mich dann so umentschieden und hab' mich dann dem ökologischen Landbau zugewandt, aber sehr stark gedanklich orientiert und sehr stark politisch orientiert sozusagen. Der gesundheitliche Aspekt, erst recht Ernährungssachen haben da eigentlich, nicht nur eigentlich, haben gar keine Rolle gespielt. Also eine reine Vernunftssache sozusagen, dass man sich umstellen muss, um 'n Beitrag eben zur umweltgerechten Landwirtschaft zu machen. Und dann ist es so schrittweise eben so gekommen, 'ne ethische Sache..“ (22)

Auch wenn das soziale Engagement ein biographischer Ausgangspunkt war, ist die Bedeutung des Sozialen als Kriterium für die Ernährung etwas in den Hintergrund geraten. Herr A begründet dies mit der Schwierigkeit, für diese Dimension klare Handlungskriterien zu Grunde zu legen „Da wird's ja schon schwer intellektuell sozusagen, was fairen Handel anbelangt [...] ob das jetzt deutsche oder ausländische Landwirte sind, denen geht's ja nicht gerade prächtig [...] es ist ein trauriges Thema sozusagen, was Soziales anbelangt. Wenn du dir anguckst wie auf so 'nem Bauernhof, so'nem Gemüsebauernhof, was es bedeutet, wie die Leute da arbeiten und wie die Preise immer mehr fallen auch im Ökobereich. Also da jetzt noch mal zu differenzieren und zu sagen, ich achte jetzt beim Einkauf darauf, dann wüsste ich gar nicht, worauf ich achten sollte sozusagen“ (371). Zum Teil stehen die sozialen Aspekte auch im Gegensatz zur ökologischen Prämisse: Fr. A „Die Transfairkaffees, die es so zu kaufen gibt, die sind ja kein Ökoprodukt“ (381). Trotz allem aber sehen sie in diesem Punkt auch Verbesserungsbedarf der eigenen Ernährungsweise: „Aber das stimmt schon, das ist schon ein Punkt, wo wir mehr drauf achten könnten; das Transfairsiegel“ (377). Nachdem der Einstieg

---

<sup>52</sup> Im weiteren Verlauf werden nach Zitaten der Interviewpartner in den Klammern die von Maxqda generierten Abschnittszahlen aus dem jeweiligen transkribierten Interview angegeben.

in das Thema für ihn zunächst rein politisch motiviert war, kamen auch schnell Aspekte von Lebensqualität dazu. Geschmack und Genuss waren als Entscheidungskriterium immer von großer Bedeutung: „Qualität aber immer im Genussaspekt sozusagen. Dass einem einige Sachen einfach schmecken, aber wohl gemerkt, aber immer halt Ernährungsgrundlagen, Vollwerternährung hat da nie `ne Rolle gespielt in dem Sinne“ (24). Etwas Gutes in Ruhe zu essen, sehen sie als einen Wert an sich, wobei beide bedauern, dass diese Esskultur in den letzten Jahren im arbeitsreichen Alltag gelitten hat. Hier besteht bei beiden der Wunsch, wieder stärker darauf zu achten: Der Geschmacksaspekt hat noch eine andere Komponente. Hr. A: „Ich war schon immer auf der Suche schon `86, `87, nach Weißmehlnudeln aus ökologischem Landbau und Croissants und so“ (28).

Dies war in der Hoch-Zeit der in erster Linie gesundheitlich motivierten Vollwertbewegung nicht *political correct* und Gegenstand heißer ideologischer Debatten: „Das ging hoch her damals, was ja heut selbstverständlich ist, das konnte man sich da als *Funktionär* eigentlich nicht vorstellen“ (30). Herr A ist auch heute noch ein Befürworter von Bio-Fertigprodukten und setzt sich aktiv dafür ein. Inzwischen spielt auch die Zeitersparnis dabei eine Rolle. Das mit Abstand wichtigste Kriterium für die Auswahl von Lebensmitteln in der Familie A ist die ökologische Qualität und die Förderung des ökologischen Landbaus. Nach Einschätzung von Herrn A liegt die Quote von Bioprodukten an allen verwendeten Lebensmitteln im Haushalt bei über 90 % und ist eigentlich nicht mehr zu optimieren: „Was das Einkaufs-, das Konsummuster anbelangt haben wir glaube ich mehr oder weniger das Optimum erreicht [...] um nicht ganz ausgeschlossen zu werden aus der Gesellschaft“ (245).

Für Frau A begann die Auseinandersetzung mit der Ernährung in erster Linie durch ihren Partner, auch wenn sie erste Berührungspunkte zu einer nachhaltigen Ernährungsweise durch ihre ältere Schwester hatte. Für beide steht der ökologische Aspekt einer nachhaltigen Ernährung klar im Vordergrund, Gesundheit wird von Herr A ausdrücklich als für sie weniger bedeutsam eingestuft: „Es war nie so etwas wie Gesundheit, das hat mich nie [...] bis zum heutigen Tag interessiert mich das nicht. Mir geht das manchmal auf die Nerven, dass die Leute so sehr auf sich bezogen sind, da denk ich immer, es gibt `ne Menge Leute, die haben ganz andere Probleme.“ (40): Er bezeichnet seine Ernährungsweise aber durchaus als gesund. Auch Frau A sieht den gesundheitlichen Aspekt als für sie untergeordnet an, ihre Einstellung ist aber nicht ganz so ablehnend. In Bezug auf die Tochter werden von beiden jedoch ansatzweise gesundheitsorientierte Äußerungen gemacht (s.u.).

Beide Partner kommen aus kleinbürgerlichen Familien mit mehreren Geschwistern. Die Ernährungsweise in ihrer Kindheit beschreiben beide als eher schlecht. Herr A sagt im Interview „Wir haben beide sozusagen von den Ernährungstendenzen oder von dem, wie man sich ernährt eigentlich zwei Stufen überschritten“ (53). Seine Familie lebte und aß nach der



Prämisse ‚Masse statt Klasse‘: Die Mittel waren knapp, aber „... die Kinder sollen auch nicht Mangel haben, es gab immer alles ad libitum sozusagen, aber billig, preiswert und alles in rauen Massen“ (59). Er erinnert sich an verdorbene Lebensmittel und verkochtes Gemüse. Sein schon seit der Kindheit ausgeprägtes Bedürfnis nach rohem, knackigem Gemüse und Obst führt er hierauf zurück: „Wahrscheinlich so instinktiv, dass wir instinktiv rohes Gemüse gegessen haben. Alles was roh war ..., ich glaub, wie eine Ziege, die einen Salzleckstein sucht [...] um die Vitamine zu retten, weil wenn’s gekocht war, war nix mehr drin [...] also auch eher ungewöhnlich, dass die Kinder einfach den Rosenkohl aus dem Topf ... (zitiert die Mutter): ‚nein, der muss gekocht werden, das ist ungesund‘ “ (76ff.). In Frau A’s Familie stand die Sparsamkeit im Vordergrund: „Schokohäschen und Weihnachtsmänner wurden gesammelt, und dann wurden die durch’n Fleischwolf gedreht, und dann gab’s kein Nutella, weil das war ja teuer, sondern das wurde dann aufs Butterbrot drauf gestreuselt“ (86). Und es wurden viele Fertigprodukte verwendet: „Ja und ich bin die Generation des Dosenfutters. Also wir hatten ein Einkommen. Und meine Mutter ist halt bei Aldi einkaufen gegangen und hat dann da Ravioli gekauft in der Dose und Linsensuppe in der Dose. Gibt’s heute immer noch. Das war nicht so viel Arbeit für vier Kinder dann zu kochen“ (61).

Die Maxime *Qualität statt Quantität*, die sie auch in anderen Lebensbereichen verfolgen, sehen sie zum Teil durchaus als Gegenbewegung zu den Konsummustern der Elternhäuser: „Bei uns zu Hause war’s so gewesen, möglichst viel und billig und ich kauf jetzt wenig und teuer. Das ist bei uns eigentlich das extreme Gegenteil“ (67). Ebenso spielt in anderen Lebensbereichen die Nachhaltigkeit eine Rolle, wenn auch nicht so ausgeprägt wie bei der Ernährung. So fährt die Familie ein Erdgasauto und achtet bei Kleidung in Ansätzen auf die ökologische Qualität. Wirklich konsequent in der Umsetzung sind sie aber nur bei der Ernährung: Hr. A: „Im Grunde genommen, wenn man so will, wir akzeptieren [...] tiefe Eingriffe in dieses (das „übliche“, *bequeme Anm. der Verf.*) Konsummuster nur im Ernährungsbereich. [...] dass wir uns jetzt so, wie im Ernährungsbereich mit Labels auskennen“ (238ff.).

Die Schwangerschaft und die Geburt der Tochter sieht die Familie nicht als einen Einflussfaktor auf die nachhaltige Orientierung in der Ernährung an. Es wurde für die Versorgung der Tochter zwar sehr auf ökologische Produkte geachtet, was aber bei der Ernährungsweise und den Einstellungen von Frau und Herrn A nur eine schlüssige Entwicklung ist bzw. auch vorher schon so war. „Wir haben von Anfang an darauf geachtet, dass wir halt die Lebensmittel aus dem ökologischen Landbau kriegen [...] und als wir dann zu meiner Schwiegermutter kamen, wo ich anfang wieder zu arbeiten nach ’nem Jahr, hab ich dann auch Würstchen vorbeigebracht [...] dass dann so spät wie möglich der konventionelle Bereich mit reinkommt. Aber irgendwann war’s dann so, dass es nicht mehr zu ändern war“ (110). Der gesundheitliche Aspekt wird von Frau A nur ansatzweise in Zusammenhang mit der

Ernährung der Tochter in den ersten Lebensjahren erwähnt. Die Prioritäten bei der Ernährungserziehung der Tochter liegen auf der Vermittlung ökologischer, ethischer und genussorientierter Aspekte. Die Strategie ist Toleranz statt Verbote: Hr. A: „Klarheit in den Aussagen, durch den eigenen klaren moralischen Standpunkt, was man hat, wenn man etwas tut, aber nicht durch Verbote sondern durch Toleranz. Also diese Mischung aus Klarheit und Toleranz, also, so kann man's ja machen [...] auch um zu verhindern, dass da kontra kommt“ (213). Fr. A sagt zu Ernährungsverböten: „Das kann man auch nicht machen, man macht sie ja zur Außenseiterin.“

Die Wünsche der Tochter werden berücksichtigt, so ist auch mal ein McDonalds-Besuch drin, meistens als Belohnung bei längeren Fahrten. „Das hätte ich mir früher auch nicht vorstellen können, [...] aber es ist so, dass das einfach [...] zur modernen Erziehung dazu gehört, mit diesen Reizen umzugehen“ (302). Allerdings ist die Tochter mit der Ernährung im Elternhaus und dahinterstehenden Überzeugungen offensichtlich einverstanden. „Sie hat da großes Interesse dran, das interessiert sie einfach auch[...]. Es ist tiefer verankert, und sie hat ja Tiere unheimlich lieb und möchte sie nicht quälen. Und das stell' ich auch immer wieder fest im beruflichen Zusammenhang, dass Kinder sehr starken Zugang finden zu tierethischen Aspekten. Das ist sehr tief drin, alles Andere ist ziemlich [...], es geht immer weiter weg, geschweige denn mit ernährungsphysiologischen Sachen“ (181). Auch den Großeltern, bei denen die Tochter mehrmals in der Woche isst, lassen sie weitgehend freie Hand bei der Gestaltung des Speiseplans. So sehen sie es auch als sozialen Aspekt, ihnen nicht reinzureden. Nur in Bezug auf das Süßigkeitenangebot versuchen sie gelegentlich Einschränkungen durchzusetzen. Die Qualität des Fleisches ist schon mal Gesprächs- aber nicht Konfliktthema. Ähnlich wird es beim Essen in der Schule oder bei Feiern gehandhabt: „Da fangen wir nicht an und sagen, die darf da keine Würstchen essen oder packt ihre eigenen Würstchen aus, man soll's nicht übertreiben“ (24). Auch die BSE-Krise hat zu keiner Verhaltensänderung geführt. Hr. A.: „Bisschen hat man sich seinerzeit bei der BSE-Sache [...], da hat man sich schon Gedanken gemacht. Aber irgendwo ist man dann doch wieder so, bin ich so rational, dass man sagt, es gibt so viele Lebensrisiken, auch sei's bei der BSE-Sache, jetzt mit Gelatine und so. Es entwickelt sich also so 'ne Hysterie, die mit der realen Gefährdung ja sozusagen nicht mehr ganz einhergeht. Derzeitig haben wir auch nicht Gummibärchen abgestellt oder Gelatine“ (192).

#### ERNÄHRUNGSALLTAG, UMSETZUNG DES LEITBILDS UND HAUSHALTSORGANISATION

Es gibt keine regelmäßige Mahlzeitenstruktur für die ganze Familie. Beide Eltern frühstücken nicht zu Hause, achten aber darauf, dass die Tochter etwas isst. Frau A frühstückt an ihrem Arbeitsplatz und isst dort auch zu Mittag. Herr A isst vormittags gar nichts und versorgt sich von Mitgenommenem – in erster Linie Müsli, Joghurt, Obst und

Rohkost. Sie streben an, abends gemeinsam zu Essen, was phasenweise mal mehr und mal weniger gelingt. Das gemeinsame Abendessen soll aber keine starre Regel sein. Es gibt meistens eine warme Mahlzeit. An Frau As Arbeitstagen ist die Zeit zum Kochen knapp, dann gibt es etwas Schnelles: „Dadurch, dass (*die Tochter*) erst abends gegen 18.00 Uhr nach Hause kommt und ich dann z.T. bis um fünf arbeite oder auch bis um sechs Sport habe, dann kommt's halt auch öfter mal vor, dass wir eine Pizza reinschieben, die wir im Bioladen geholt haben, weil so schnell krieg ich dann auch abends nichts gekocht“ (119). Herr A kommt in der Regel zum Abendessen nach Hause, arbeitet aber danach noch einmal für ein paar Stunden. Besonders am Wochenende steht das gemeinsame Kochen und Essen durch die knappe Familienzeit in Konkurrenz mit anderen Aktivitäten wie zum Beispiel Wochenendausflügen. „Man hat dann eben nur vier Stunden und diese vier Stunden mein ich auch selbst, ich muss raus und fahre mit dem Fahrrad [...] und dann hab ich keine Lust und auch keine Geduld mehr in der Küche zu stehen und zu kochen“ (256). Aber für beide ist die selbst gekochte und in Ruhe genossene warme Mahlzeit ein wichtiges Element des Familienlebens und des Lebensgefühls. Beide wünschen sich, mehr Zeit zum Kochen zu haben: Fr. A: „Ja, wenn ich es zeitlich schaffen würde, dann wäre es mir schon recht wichtig, dass man abends noch ´ne Mahlzeit [...] Also nicht in Hektik nach Haus zu kommen um irgendwie was aus dem Tiefkühler herauszuholen oder schnell noch was dahinzuschnippeln. Weil ich koch ja auch sehr gern, und wenn ich dann koch', dann find ich's halt schön, wenn ich dann halt wirklich ´n bisschen Fleisch dabei hab' und ne Beilage, ´ne Gemüsebeilage. [...] Also irgendwie auch dieses, man hat was Tolles hingestellt und kann sich in Ruhe hinsetzen und das genießen“ (344).

Herr A sagt dazu: „Ich koch zu wenig. Ich hab früher schon Spaß gehabt am Kochen. [...] ich hab dann auch immer ´n bisschen was gekocht, das mach in letzter Zeit zu wenig [...] was ich mir dieses Jahr wieder vorgenommen habe mit der Kleinen mal was zu machen. Ich mach viel mit ihr, das auf jeden Fall. Aber das Kochen eben dann auch. Sie hat großen Spaß dran am Kochen [...] Also dieses Klassische, was ich geschrieben hab' was man tun müsste, ich selbst tu's zu wenig“ (143). Bei der Frage nach Verbesserungswünschen in der nachhaltigen Ernährungsweise nennen beide das ausgiebige Kochen und gemeinsame Essen – auch wieder öfter mit Freunden – als ersten Punkt.

Die Arbeitsteilung bezeichnen beide als klassisch, die Zuständigkeit für die Alltagsorganisation der Familie und die Haushaltsarbeit liegt fast vollständig bei Frau A. Wie sie sagen, hat sich diese Aufteilung durch die unterschiedlichen Zeiten der Erwerbstätigkeit einfach entwickelt. So ganz zufrieden sind sie damit jedoch nicht, Herrn A scheint es etwas peinlich zu sein. Wie sie es beschreiben, birgt diese Arbeitsteilung aber kein größeres Konfliktpotential – was an der Unterstützung von außen liegen mag. Denn: der Haushalt ist ausgesprochen dienstleistungsorientiert. „Alles, was in Dienstleistung geht, nehmen wir in Anspruch.“ Der Aufwand für Einkäufe ist durch Lieferdienste und eine

Gemüse-Abokiste minimiert, sie beschäftigen eine Putzfrau, und Hemden werden zum Bügeln weggegeben. Arbeitserleichterung und Zeitersparnis wird auch durch Convenience-Produkte wie Tiefkühlpizzen oder -gemüse in Bioqualität erreicht. Dies scheint für beide unproblematisch zu sein, was in Bio-Kreisen nicht selbstverständlich ist. Der höhere Preis spielt im Lebensmittelbereich keine Rolle. Fr. A: „Wenn ich dann die Wahl hab zwischen der Ökosahne und der normalen Sahne und das dann 10 oder 15 Cent ausmacht, dann hol' ich die (*Ökosahne*) natürlich, einfach aus Überzeugung. Dann bin ich bereit, mehr dafür auszugeben. Oder Lachs und Butter und sonstige Sachen, die es dann überhaupt in Bio gibt, die besorg' ich dann“ (223).

Auch wenn Frau A hauptsächlich für die Alltagsversorgung der Familie zuständig ist, so werden die Auswahl der Lebensmittel und damit auch der Ernährungsstil der Familie maßgeblich von Herrn A mit geprägt. Dies spiegelt sich auch deutlich in der Verteilung der Antworten im Interview wider, was sicher zum Teil auf seinen Quasi-Expertenstatus zurückzuführen ist. Er erteilt aber auch Auskunft über Bereiche, für die er eigentlich nicht zuständig ist, wo sie die Expertin ist. Das zeigt sich zum Beispiel am Dialog auf die Frage nach der Nachhaltigkeit in anderen Lebensbereichen: Hr. A: „Putzmittel eigentlich auch nur am Rande, also auch nicht besonders.“ Fr. A: „Doch, machen wir!“ Hr. A (*lacht*): „Oh, doch!“ (230-232)

#### CHARAKTERISTISCHES KURZPROFIL DES NACHHALTIGEN ERNÄHRUNGSSTILS VON FAMILIE A

Ausgangspunkt und Begründung für eine nachhaltige Ernährungsweise der Familie ist die politische Motivation, sich für den ökologischen Landbau einzusetzen und seinen Ausbau zu unterstützen. Diese ist ursprünglich aus einem gerechtigkeitsorientierten, entwicklungspolitischen Ansatz entstanden. Entscheidungen und Prioritäten in der Ernährung gehen in erster Linie von Herrn A aus. Er hat auch das Gespräch deutlich dominiert (quasi als Experte). Frau A hat diese Wertorientierungen weitgehend übernommen und setzt sie in die Alltagspraxis um. Aufgrund dieser Hintergründe ist es der Familie vor allem wichtig, möglichst viele Produkte aus ökologischem Landbau zu verwenden, was sie ausgesprochen konsequent umsetzen.

Familie A hat insofern ein relativ klares Leitbild einer nachhaltigen Ernährungsweise. Sie befürworten aus Geschmacks- und Zeitersparnisgründen auch hoch verarbeitete Produkte aus Bio-Anbau. Für die Wahl von Bio-Produkten spielen auch Genussaspekte eine Rolle – dies wird als Gegenbewegung zu den Ernährungserfahrungen der Kindheit gedeutet. Die soziale Dimension ist in der Ernährungsgeschichte etwas in den Hintergrund getreten; gesundheitliche Aspekte spielen zumindest als Motivation für den Kauf von Bioprodukten nahezu keine Rolle. Finanzielle Aspekte als

Entscheidungskriterium werden fast nicht genannt und spielten nur für Frau A ganz am Anfang eine Rolle. Die Geburt der Tochter haben beide nicht als einen bedeutenden Einschnitt in Bezug auf die Ernährungsweise bzw. der diesbezüglichen Schwerpunktsetzung erlebt. Die Ernährungsstile von den Familienmitgliedern unterscheiden sich aufgrund der Alltagsgestaltung und unterschiedlicher Bedürfnisse etwas voneinander. Frau A und ihre Tochter essen regelmäßig außer Haus, Herr A nimmt sich etwas von zu Hause mit ins Büro. Das Leitbild *ökologische Produkte* als Prämisse für die Produktauswahl bestimmt aber die Qualität der verfügbaren Lebensmittel im Haushalt und liegt insofern allen Ernährungsweisen zu Grunde. Für die gemeinsamen Mahlzeiten hat sich ein gemeinsamer Familienernährungsstil herausgebildet.

#### ABSTRAHIERTE AUSWERTUNG NACH BEDINGUNGEN, STRATEGIEN UND KONSEQUENZEN DER NACHHALTIGEN ERNÄHRUNGSWEISE

##### **Bedingungen – Logik der Selektion**

###### *URSÄCHLICHE BEDINGUNGEN:*

- politische Orientierung, Agrar-Studium von Herrn A
- Motivation zum Handeln durch ethische Überzeugungen
- Gründung eines gemeinsamen Haushalts
- Gegenbewegung zu den Ernährungsweisen der Herkunftshaushalte
- klare Prioritätensetzung

###### *INTERVENIERENDE BEDINGUNGEN:*

- eingeschränktes Angebot an Produkten in Bio-Qualität, die den Geschmackserwartungen entsprechen
- zeitliche Engpässe durch Berufstätigkeit und Zeiten außer Haus, um ausgiebig zu kochen und gemeinsam zu Essen
- Prioritätensetzung für Freizeit/Bewegung
- Schwierigkeit der Bewertung des sozialen Aspekts – Entscheidungsgrundlage
- klassische Arbeitsteilung

##### **Strategien – Logik der Situation**

- Kauf von Lebensmitteln aus ökologischem Landbau, so weitgehend wie möglich
- Der höhere Preis wird in Kauf genommen.
- Auslagern von Haushaltsarbeiten als Dienstleistungen
- Toleranz – keine strengen Regeln oder Verbote für die Ernährungsweise der Tochter

- höhere Bewertung von sozialen Aspekte – Essen mit/bei Freunden, Toleranz gegenüber der Tochter und den Eltern steht in der Bewertung über dem Leitbild „ökologisch“ und daher nicht zur Debatte

#### **Konsequenzen – Logik der Aggregation**

- Zufriedenheit mit dem Grad der Umsetzung
- Interesse der Tochter an Ernährung und dem ethischen Hintergrund

#### **Familie B: „Für's Prinzchen nur das Beste!“**

##### SOZIODEMOGRAPHISCHE DATEN

Familie B lebt mit drei Söhnen im Alter von einem bis sechs Jahren in einem größeren Ort in der Nähe von Gießen. Frau B (38) ist Juristin und seit der Geburt des ersten Kindes Vollzeit-Hausfrau. Herr B (41) ist Professor an der Universität in Gießen. Seine Arbeitszeit liegt pro Woche bei 50 bis 60 Stunden. Die beiden älteren Söhne gehen vormittags in den Kindergarten. Die Familie bewohnt eine 110 m<sup>2</sup> große Wohnung mit Garten, der aber nicht bewirtschaftet wird. Die monatliche Belastung durch Wohnung und Nebenkosten liegt bei 1200 €, das Nettoeinkommen des Haushalts zwischen 4000 und 5000 €.

##### LEITBILD EINER NACHHALTIGEN ERNÄHRUNG

Bei Familie B stehen gesundheitliche Aspekte für die Konzeption der Ernährungsweise klar im Vordergrund, die auch beiden Partnern wichtig sind. Für Frau B spielen außerdem ökologische und tierethische Aspekte eine Rolle „Diese Augenwischerei von Bodenhaltung oder von Freilandhaltung [...] wenn ich dann ganz genau weiß, die Hühner sitzen vielleicht nicht in einer Legebatterie, aber da teilen sich trotzdem 20 Hühner so viel Platz, und damit versucht man den Verbraucher zu verarschen auf gut Deutsch. Und ich weiß, hier bei der Frau S. beispielsweise, da sind es Eier von glücklichen Hühnern. Da kann ich also sagen, da möchte ich jetzt gern mal den Hühnerhof sehen. Da kann sie mir Fotos zeigen, und dann kann ich da hinfahren und mir das angucken. Dann zahle ich auch gern mehr fürs Ei muss ich ganz ehrlich sagen“ (62). Herr B steht biologisch erzeugten Produkten skeptisch gegenüber. Beurteilungsmaßstab ist für ihn der gesundheitliche Nutzen: „Also, da differieren wir ein wenig. Meine Frau ist schon der Meinung, dass wenn sie bei Bioland kauft, dass sie dann bessere Qualität hat. Ich bin nicht der Meinung, aus zwei Gründen. Erstens, weil ich ja sehe, dass die Kartoffeln halb so groß, aber doppelt so teuer sind und zweitens weil es meines Erachtens überhaupt keine kontrollierten Studien gibt, dass die Ernährungsweise nun irgendwas mit Gesundheit oder Krankheit zu tun hat. Das ist weitgehend eine Glaubensfrage und ich habe da nichts gegen, das da zu kaufen, aber mich überzeugt das Thema (noch) nicht. Ich weiß, dass da Studien am Laufen sind [...] wie Ernährungsumstellung

gemacht wird und dann unter kontrollierten Bedingungen geprüft wird, ob das einen Effekt auf immunologisch endokrinologische Parameter hat“ (59). Den tierethischen Aspekt empfindet er durchaus nach, bewertet ihn aber nicht als ausschlaggebenden Faktor für die Veränderung der Ernährungsweise der Familie: „Wenn wir dann von Viehtransporten in den Nachrichten gesehen haben oder von Legebatterien, das finden wir alle ganz schrecklich. Aber ich bin skeptisch, ob das ein Grund ist, dass wir weniger Fleisch essen“ (72).

Die Gestaltung der Ernährungsweise und die Auswahl der Lebensmittel liegt ganz in den Händen von Frau B. Herr B überlässt seiner Frau diesen Bereich und ist völlig mit der Umsetzung einverstanden – auch in Bezug auf die Verwendung von Bioprodukten, obwohl ihm der zusätzliche Nutzen nicht einleuchtet und er den höheren Preis daher nicht gerechtfertigt sieht. Die diesbezüglich differierende Einstellung birgt daher kein Konfliktpotential. Dies wird auch dadurch unterstützt, dass das Thema *Essen und Ernährung* für beide einen unterschiedlichen Stellenwert hat: Frau B sagt: „Das ist auch der große Unterschied zwischen uns beiden, für meinen Mann ist Essen etwas, was man machen muss, um am Leben zu bleiben. Hat wirklich keine Bedeutung oder nur ganz, ganz minimal. Für mich ist Essen wirklich was Wichtiges“ (88).

Die Zugang zu Bioprodukten begann mit dem ersten Kind: „...als der Erste mitgegessen hat, da ging es los. Ich habe immer gesagt, die paar Äpfel, die er überhaupt isst oder die Banane, die er dann isst, da will ich dann wenigstens wissen, dass das Zeug auch richtig gut ist“ (76). „Fürs Prinzchen nur das Beste“ (68) charakterisiert Frau B ihre Handlungsmaxime. Zunächst wurde für das Kind gesondert im Naturkostladen eingekauft, und sobald der älteste Sohn am Familientisch mitgegessen hat, wurde bei Obst, Gemüse, Kartoffeln, Nudeln, Eiern und zum Teil Fleisch für die ganze Familie auf Bio-Produkte umgestellt. Den Fleischkonsum bezeichnen sie allerdings als sehr gemäßigt. Frau B hat sich in dieser Zeit umfassend informiert: „Als der J. dann auf die Welt kam, hat man natürlich Stiftung Warentest und Ökotest rauf und runter verschlungen, um zu gucken, was und wie und wo, und ich habe einmal einen Ernährungsplan aufgestellt als er [...] dann da war und ganz normal ans Essen rangeführt werden musste, zum Abstillen“ (152). Ansonsten ist der Geschmack ein wichtiger Einflussfaktor. Herr B: „Also wir essen halt in erster Linie nach dem Geschmack geleitet oder dann eben, wenn Dinge bedenklich zu sein scheinen, dann können wir das auch umstellen“ (52). Aus geschmacklichen Gründen wird Wurst nicht biologisch eingekauft: „Ich habe letztens beim Naturkostladen nur Leberwurst gekauft und die haben wir probiert und dann haben wir alle einmal gesagt uughhh und dann ist die in den Müll gewandert“ (62). Aber durch die BSE-Krise hat sich das Kaufverhalten in diesem Bereich verändert. Fr. B.: „...im Zuge des BSE-Skandals, als es wirklich ständig diskutiert wurde, (*haben wir*) komplett auf Rindfleisch verzichtet und haben auch danach [...] das deutlich reduziert. Es gibt jetzt mehr Wurst von Geflügel, Putensalami, Putenmortadella, Geflügelleberwurst. Das Gewicht ist gerade bei der Wurst schon

stark auf Geflügel reduziert“ (50). Wichtig ist weiterhin, dass die Lebensmittel frisch und möglichst unverarbeitet eingekauft werden. *Vielseitig* ist ein weiteres Attribut, mit dem Herr B die Ernährungsweise der Familie charakterisiert.

In ihrer heutigen Ernährungsweise sehen sowohl Herr als auch Frau B keine direkten Verbindungslinien zur Ernährung in den Herkunftsfamilien. Herr B bezeichnet das Essen in seiner Herkunftsfamilie als einseitiger weil „mein Vater so ein Pingel beim Essen war“ (112) und weniger qualitätsorientiert. In Frau B's Herkunftsfamilie gab es schon immer viel Gemüse. Sie berichtet, dass ihrem Vater gutes Essen wichtig war und er auch Neues ausprobiert hat: „Ja, der legte Wert auf gutes Essen [...] der aß auch mal Schnecken in Kräutersauce. Ich weiß, wir haben ihm Weihnachten einen Hummer [...] geschenkt [...], und der wurde dann auch gegessen. Der aß auch mal Muscheln“ (123).

In Bezug auf die Wertigkeit des Essens zeigt sich hier eine Verbindung zu Frau B „...ich brauche eine warme Mahlzeit und die muss am Tisch ordentlich eingenommen sein. Das ist für mich ganz, ganz wichtig“ (92). Diese Einstellung charakterisiert auch die Ernährungskultur der Familie. Diese ist durch Regelmäßigkeit und klare Strukturen geprägt (siehe unten). Auch der Genussaspekt spielt durchaus eine Rolle.

#### ERNÄHRUNGSALLTAG, UMSETZUNG DES LEITBILDS UND HAUSHALTSORGANISATION

Der Alltag ist geprägt durch klare, regelmäßige Abläufe, gerade auch was die Mahlzeiten angeht. So frühstückt die Familie jeden Morgen gemeinsam, auch am Wochenende immer um etwa 7 Uhr. In der Woche gibt es Brot, am Wochenende wird etwas ausgiebiger mit Brötchen gefrühstückt. Die beiden Kindergartenkinder bekommen ein Brot und Obst mit für den Vormittag. Mittags kocht Frau B für die Familie. Die warme Mahlzeit ist ein fester Bestandteil des Tagesablaufes. Auch, dass die Kinder zu Hause essen ist ihnen wichtig: „Also, wir hätten sie im Kindergarten über Mittag anmelden können, aber das wollte ich nicht. Also, die sollen ihre sozialen Möglichkeiten haben im Kindergarten und dann in der Schule sowieso, aber ja zu Hause essen“ (168). Herr B isst am Mittag mitgenommenes Brot oder ein Brötchen aus der Kantine und wärmt sich abends das Familienessen auf. „Ich weiß ja auch, dass es dann hier abends [...] etwas gibt, meine Frau mir was vom Mittagessen übrig lässt und ich stelle das in die Mikrowelle. Und esse dann im Prinzip dieselbe Kost wie die Familie und da habe ich keine Lust mittags in der Kantine Essen zu gehen“ (87). Frau B und die Kinder essen abends je nach Wunsch entweder auch warm oder es gibt Brot oder Müsli. Es gibt einige Regeln für die Ernährung der Kinder. So wird auf die tägliche Obstruktion geachtet und gegebenenfalls beim Sandmännchen nachgereicht. „Die Obstesserei bei den Kindern geht so leidlich [...] das ist irgendwie nicht ganz so einfach“ (38). Und das geliebte Nutella darf nur einmal am Tag aufs Brot. Frau B bezeichnet ihre Kinder eher als wählerische Esser,



vor allem den ältesten Sohn. Die Speisenauswahl ist daher sehr eingeschränkt, aber es wird besser: „Je älter die Kinder werden, desto breiter wird die Auswahl dessen, was sie essen und desto experimentierfreudiger werden sie auch. Also, das ist ganz eindeutig, und das erleichtert natürlich alles. Und [...] wenn wir so sehen vom ersten bis zum dritten, der dritte ist, was Essen angeht, sehr pflegeleicht“ (100). Etwas Besonderes für die Kinder ist der gelegentliche Besuch bei McDonalds oder Burger King: „Wir sind keine Fastfood-Freunde, wenn wir mal zu McDonalds oder Burger King reingehen, dann eigentlich nur, um den Kindern einen Gefallen zu tun, [...] wobei man da sagen muss, es ist nicht das Fastfood das attraktiv für die Kinder sondern das Spielzeug, was man da bekommt“ (33/37). Überhaupt haben die Kinder höchste Priorität in der Lebensgestaltung von Frau und Herrn B: „Da könntest du jetzt noch zig andere Bereiche aufführen, die bei uns keine zentrale Rolle spielen, die Kinder spielen die zentrale Rolle. Für die tun wir alles, da gucken wir, dass sie zufrieden und glücklich sind, und wenn es um Spielzeug geht oder Urlaub, das versuchen wir einzurichten. Da kann man ja die Ernährung jetzt nicht ausklammern, die gehört ja dazu“ (135). Aus dieser Prioritätensetzung erwächst also auch die Bedeutung einer möglichst qualitativen, gesunden Ernährung für die Kinder.

Vergleichbar mit dem Ernährungsbereich ist auch die gesamte Haushaltsorganisation sehr strukturiert. Frau B kauft am Donnerstag im Naturkostladen ein und erstellt am Donnerstagabend einen Speiseplan für die ganze Woche. Daraus ergibt sich der Einkaufszettel, mit dem Herr B am Freitagnachmittag in einem größeren Supermarkt einkaufen geht. Bei den Mittagsmahlzeiten gibt es einen festen Turnus, der sich alle zwei bis drei Wochen wiederholt. Hierzu sagt sie: „Also, grundsätzlich koche ich gerne. Es gibt auch welche, die sagen, ich koche gut. Ich glaube, jemand der gut kocht, der kocht auch irgendwo gerne. Nichtsdestotrotz ist bei den Kindern natürlich, die Menüauswahl wiederholt sich im Ablauf von zwei, maximal drei Wochen, wenn überhaupt, und ich koche nun seit fünf [...] Jahren täglich und immer das Gleiche. Da freue ich mich diebisch auf jeden Urlaub, in dem ich nicht kochen muss, weil es mir dann irgendwann bis hier steht. Also, das ist einfach, weil es eben immer ist, und weil es unter Druck ist und weil es immer das Gleiche ist, und weil keine Experimente zulässig sind ...“ (94). Inzwischen bekommt sie jedoch Anerkennung von den Kindern: „Jetzt ist es oft so, dass die Kinder und gerade der Große am Tisch sitzen und sagen, Mama, du hast lecker gekocht, und das ist dann Lohn genug. [...] aber es gab Phasen, wo die dann wirklich im Kindergarten schon gefragt haben, was gibt es zu essen, und wenn das nicht das war, was sie haben wollten, dann war bäähh, mag ich nicht und will ich nicht“ (98). Den einzigen Wunsch, den Frau B auf die Frage nach der Zufriedenheit mit ihrer Ernährungsweise nennt, ist eine größere Abwechslung und Bandbreite beim Kochen.

Die klare Arbeitsteilung nach der Geburt des ersten Kindes war von beiden so gewollt und wird nach wie vor positiv bewertet. „Das war Absprache vor den Kindern, also, das war immer klar zwischen uns. Mein Mann hat gesagt, ich möchte gern Kinder, und ich habe gesagt, ich

möchte gern Kinder haben, und mein Mann hat gesagt, o.k., aber ich höre nicht auf zu arbeiten. Und ich habe gesagt, ich möchte nichts lieber als aufhören zu arbeiten und dann war das einfach... das passte dann einfach. [...] ich bin dann auch nach zwei Jahren Berufstätigkeit mit fliegenden Fahnen schwanger geworden und habe nie wieder den Wunsch verspürt arbeiten zu wollen, zu müssen“ (170ff.). Die Bedeutung der Haus- und Familienarbeit scheint von beiden Partnern als der Erwerbstätigkeit ebenbürtige Arbeit angesehen und hoch bewertet zu werden. So trägt Frau B im Erfassungsbogen für die soziodemographischen Daten ganz selbstverständlich 80 Stunden ein. Im Gespräch nach dem Interview sagt sie, dass es weniger problematisch ist, wenn ihr Mann krank wird als wenn sie ausfällt. Im ersten Fall fällt eine Vorlesung aus, im letzteren bricht die Haushaltsorganisation zusammen. Diese liegt zu großen Teilen in den Händen von Frau B, wobei Herr B sich regelmäßig an den Alltagsarbeiten beteiligt: „Ich bereite das (*Frühstück, Anm. d. Verf.*) morgens vor. Ich stehe dann auf, gehe in die Küche, räume die Spülmaschine aus und mache das Frühstück fertig und decke den Tisch“ (13). Neben dem Frühstück gehört auch der Wochenendeinkauf zu den Aufgaben von Herrn B.

#### CHARAKTERISTISCHES KURZPROFIL DES NACHHALTIGEN ERNÄHRUNGSSTILS VON FAMILIE B

Die Ernährungsweise von Familie B ist geprägt durch Regelmäßigkeit und große Gesundheitsorientierung. Der gesundheitliche Aspekt ist der ausschlaggebende Faktor für den Kauf von Bio-Produkten. Ökologische und soziale Aspekte werden zumindest von Frau B nicht ganz ausgeblendet, spielen aber nur eine untergeordnete Rolle – genannt werden in diesem Zusammenhang vor allem tierethische Argumente. In der Prioritätensetzung des Haushalts stehen die Kinder an erster Stelle. Auch die besondere Bedeutung einer gesunden Ernährung steht damit in Verbindung – ökologisch erzeugte Produkte werden erst seit der Geburt des ersten Kindes gekauft. Für Frau B hat Essen und Ernährung auch für ihr Wohlbefinden einen großen Stellenwert; für Herrn B ist es nicht viel mehr als eine physiologische Notwendigkeit. Die Entscheidung für die Arbeitsteilung ist ganz bewusst so gefallen; beide Partner sind damit zufrieden. Der Familienernährungsstil ist weitgehend deckungsgleich mit den individuellen Ernährungsstilen der einzelnen Haushaltsmitglieder.

#### ABSTRAHIERTE AUSWERTUNG NACH BEDINGUNGEN, STRATEGIEN UND KONSEQUENZEN DER NACHHALTIGEN ERNÄHRUNGSWEISE

##### **Bedingungen – Logik der Selektion**

###### *URSÄCHLICHE BEDINGUNGEN:*

- Sorge um die Gesundheit der Kinder

- Bedürfnis von Frau B nach Kontinuität bezüglich der Mahlzeiten
- hoher Stellenwert der Kinder

#### *INTERVENIERENDE BEDINGUNGEN:*

- enger Spielraum bei der Gestaltung durch die Geschmacksvorlieben der Kinder

#### **Strategien – Logik der Situation**

- Umstellen auf ökologisch erzeugte Produkte
- Regeln bei der Ernährung der Kinder: Obst-Ration und Nutella-Konsum
- regelmäßige Abläufe – Abläufe werden an den Bedürfnissen der Kinder ausgerichtet („unsere Tage sind kinderbedingt sehr reguliert“ (5))
- wiederkehrende Mahlzeitenfolge – wenig Spielraum für Experimente

#### **Konsequenzen – Logik der Aggregation**

- weitgehend zufrieden mit der Gestaltung der Ernährungsweise
- positive Bewertung der Ernährungsweise der Kinder

### **Familie C: „Das nehmen wir uns immer mal wieder vor, aber irgendwie scheitert's dann ...“**

#### SOZIODEMOGRAPHISCHE DATEN

Frau C (28) und Herr C (30) leben mit ihrem dreijährigen Sohn und einem Hund in Gießen. Frau C studiert und Herr C arbeitet ganztags (35 Wochenstunden) als angestellter Informatiker in einer ca. 15 km entfernten Kleinstadt. Der Sohn hat einen Ganztagsplatz in einer Krabbelgruppe. Das Haushaltsnettoeinkommen liegt zwischen 2000 und 2500 €; die monatliche Belastung für die 55 m<sup>2</sup> große, zentrale Wohnung bei 500 €. Direkt an der Wohnung befindet sich kein Garten, aber die Familie hat einen Garten am Stadtrand.

#### LEITBILD EINER NACHHALTIGEN ERNÄHRUNG

Bei Familie C spielt sowohl die ökologische als auch die gesundheitliche Dimension einer nachhaltigen Ernährung eine Rolle. „Dass man auch einfach irgendwie das Gefühl hat, man unterstützt da nicht so diese Firmen, die da mit Chemie rum... oder genmanipuliertes Zeug. Ist halt auch schon so die Komponente, aber ich glaub das Wichtigere war schon, einfach sich gesünder zu ernähren mit weniger Konservierungsstoffen etc... „ (72). Auch der bessere Geschmack von ökologisch produzierten Lebensmitteln ist ein Argument. „An Gemüse kaufen wir auf alle Fälle immer noch bevorzugt die Biosachen, einfach weil es schmeckt“ (61). Die Hinwendung zu

Bioprodukten und das Interesse für eine nachhaltige Ernährungsweise begannen durch eine bewusste Auseinandersetzung mit dem Thema in der Schwangerschaft und der Stillzeit. Davor hatte Ernährung für beide Partner keine besondere Bedeutung. Frau C beschreibt: „Früher, als ich alleine in meiner Studentenbude gelebt hab, war mir das eigentlich irgendwie total egal, da hab ich eigentlich immer so bei Aldi eingekauft. War halt billig, es war einfach `ne Kostenfrage. Als dann N. auf die Welt kam und auch schon in der Schwangerschaft hat sich das dann echt geändert und dann fing das irgendwie so an, auch bewusster [...] zu essen. Und dann war mal `ne zeitlang, da hab ich nur im Tegut eingekauft, so Biosachen, das Ökologische“ (51). Herr C berichtet: „Ganz egal nicht. Also, ich hab so mittelmäßig drauf geachtet. Das Allerbilligste hab ich nicht gekauft und die ganz tollen Leckerlis hab ich auch drauf verzichtet. [...] Ganz normal, glaub ich“ (74). Hier waren aber in erster Linie Geschmacksaspekte und Gewohnheit von Bedeutung: „...na ja, so wie ich halt mit diversen Marken groß geworden bin [...] hab ich dann nicht das Allerbilligste gekauft, einfach, weil ich meinen Philadelphia-Frischkäse wollte“ (65). Er hat allerdings einige Jahre vegetarisch gelebt. „Ich war 3½ Jahre Vegetarier, anfangs einfach nur um es mal auszuprobieren und dann wuchs langsam die Überzeugung und die Psyche zog nach [...] also, ich hatte halt ´n paar Reportagen im Fernsehen gesehen über Viehtransporte [...] In der Schule haben wir auch mal einen Ausflug auf`n Schlachthof gemacht. Das war auch sehr erleuchtend. [...] dann hatte ich damals `ne Freundin, die war Vegetarier und da kam das Vegetariertum etwas näher an mich ran, da dachte ich, ach, jetzt mach's doch auch mal“ (216ff.). Durch das Zusammenleben mit Frau C und aus alltagspraktischen Gründen hat er dann aber wieder damit aufgehört. Frau C sagt: „Er war bis dahin Vegetarier und ich nicht, und es war schon`n bisschen kompliziert. [...] Dann hat er sein Vegetarierdasein aufgegeben“ (208ff.). Ich komm aus einer Familie, wir haben immer viel Fleisch gegessen [...] Dieses Vegetarierdasein hat mich halt teilweise genervt, wenn ich mal gekocht hab' und ich wollte mal irgendwas kochen mit Fleisch ‚nee, ess ich nicht' [...] ich finde, das ist unwahrscheinlich anstrengend“ (238). Herr C begründet die Abkehr von der vegetarischen Lebensweise so: „Ja, einfach weil [...] ich hatte so viel anderes um die Ohren und wollte mich jetzt nicht auch noch damit belasten, weil es ist schon anstrengend, wenn man irgendwo ist [...] war ich das irgendwann einfach leid“ (212). Aber auf jeden Fall hat diese Zeit seinen Erfahrungshorizont in Sachen Ernährung erweitert: „...aber ich hab, als ich Vegetarier war, total viel entdeckt, dass es halt superlecker ist, sich einfach mal auf`m Grill Käse zu schmelzen oder Zwiebeln, Tomaten einzuwickeln und lauter solche Sachen. Also ich war echt überrascht zu sehen, was es alles Leckerer gibt“ (226). Inzwischen wird zwar den ökologischen und gesundheitlichen Aspekten von Ernährung Bedeutung eingeräumt, aber in der allgemeinen Lebensgestaltung hat Essen oder Ernährung keine vorrangige Bedeutung.

Die Geburt des Sohnes ist ganz klar die Schlüsselsituation für den Zugang zu ökologischen und gesundheitsorientierten Schwerpunkten in der Ernährung – und auch in

anderen Bereichen – gewesen: „Ich glaube, unser Bio-Höhepunkt war, als N. so geboren war [...] Da war nicht nur das Essen biologisch, also total krass, sondern auch so..., da haben wir alles..., auch Kleidung. Da haben wir so'n Laden dann gefunden, die hatten alles aus kontrolliert biologischem Anbau. Da haben wir ihn komplett eingekleidet, ja. [...] wir hatten auch noch so die Stoffwindeln, und da waren wir schon irgendwie sehr öko und sehr bewusst. Da hab ich auch alles selber gekocht am Anfang für N., lange gestillt sowieso. Aber auch diese ganze Kleidung... [...] Aber das hat sich jetzt auch wieder alles irgendwie ..., ist dann mal wieder gut gewesen“ (483). Auf die des Sohnes Ernährung haben sie besonders im ersten Jahr sehr geachtet. „Bis er 1 Jahr alt war, hatte er kein Fleisch bekommen, keine Süßigkeiten, gar nichts und das fing dann an, als wir dann in die Krabbelstube gegangen sind. Er ist mit einem Jahr in die Krabbelstube und dann war's schlagartig vorbei. Die Kinder, die da waren, die haben Fleisch gegessen, Schokolade und dann wars zu Ende“ (186). Diese Wende war für Frau C nicht leicht mit anzusehen „...ich war damals total entsetzt, weil ich dachte, mein armes Kind kann doch so was nicht essen, ich will das nicht. Aber was will man da machen? [...] ich weiß noch, sein erstes Stück Schokolade, da ging's mir so schlecht, [...] dann hatte er das auch noch so in der Hand, ohne dass ich das halt genehmigt hatte, das war für mich voll das Trauma, weil ich wollte ihm das so lange wie möglich vorenthalten“ (188). Ihren Schrecken und die Angst begründet sie: „... weil so Zucker braucht der Körper überhaupt nicht und ich einfach 'ne Angst davor hatte, dass er auch irgendwie so 'n Schoki-Junkie wird, wie ich das vielleicht auch bin, ja. [...] ich hab ihn neun Monate voll gestillt und dann halt immer bis über das erste Lebensjahr hinaus immer noch gestillt und dann isst der Schokolade. Das fand ich einfach unmöglich!“ (191)

Heute sind beide Eltern sehr zufrieden mit der Ernährungsweise des Sohnes. Er isst gern Gemüse und Obst und kann moderat mit Süßigkeiten umgehen. „Süßigkeiten, da sind wir ganz froh, da reglementiert er sich selbst. Also, er will nicht so viel haben. Wenn er dann wieder mal sagt, ‚och ich will jetzt noch dies und jenes‘ und er hatte schon was, dann holt er 'ne Schüssel aus dem Schrank und sagt ‚dann heb ich mir das auf für morgen‘. Und dann vergisst er's meistens am nächsten Tag, und dann steht die Schüssel da drei Tage“ (174). Auch bei Getränken zieht er Wasser allen anderen Angeboten vor. Für die Ernährung zu Hause beschreibt Herr C die Regeln: „Also, zum Beispiel gibt es zum Abendbrot keine Marmelade oder Schokoaufstrich, das gibt's nur morgens“ (174). „Er muss eigentlich auch immer von allem mal probieren, wenigstens einmal probieren und das hat er bis jetzt auch immer gemacht“ (388). „Eine Regel zu N.s Ernährung fällt mir noch ein, dass wir sehr stark darauf achten dass wenn er sagt, ‚ich hab so'n Hunger auf das und das‘, dass er das dann auch kriegt“ (193). Essen oder die Ernährung ist kein problematischer Erziehungsbereich, beide sagen, dass das sehr gut klappt. Frau C beschreibt das Erziehungsleitbild in dieser Hinsicht: „Essen ist halt Essen. Also Essen ist halt einfach was Angenehmes, aber eben auch kein Trösterli oder keine Belohnung, sondern Essen ist halt einfach nur zum Essen, um einfach zu wachsen oder gesund zu bleiben oder wie auch immer. Und wenn er nicht isst, hat's für ihn keine Macht, hat's nie gehabt irgendwie, dass er damit irgendwie was ausspielen kann ....“ (198).

Es besteht großes Vertrauen in die bessere, ökologische Qualität von Bioprodukten, was auch die Akzeptanz der höheren Preise mit sich bringt: „Der Preis ist schon gerechtfertigt, denk ich mir ganz oft, ja es ist halt einfach schwierig, weil's keine Massenproduktionen sind, weil's halt oft von Hand hergestellt wird“ (79). Allerdings ist der Preis schon ein Thema bei der Entscheidung für ökologische Produkte. Fr. C: „Man muss dann halt echt Prioritäten irgendwie setzen, man muss halt gucken. Wie gesagt, damals hab` ich halt gesagt ich kauf nur noch beim Tegut ein und nur noch diese Sachen, diese biologischen Sachen, aber das war dann irgendwann nicht mehr finanzierbar und jetzt haben wir halt wirklich [...] diese Mischung“ (81). Hr. C: „Wir versuchen halt jetzt so´ne Mitte zu finden, `n paar gute Sachen, die billig sind, bei Aldi und Lidl zu kaufen. Wir haben auch Ökotest und da kriegen wir immer wieder bestätigt, dass die meisten Produkte [...] inzwischen ja sehr gut geworden sind“.

Im sozialen Umfeld von Familie C ist eine nachhaltige Ernährungsweise weit verbreitet und eher das Normale: „Ich denk, die meisten unserer Freunde sind uns im Essen total ähnlich“ (415). Auch hier kommt das Preisargument wieder zum Tragen: „Meine anderen Freundinnen können es sich einfach leisten, auf 100 % Bio abzufahren, die haben nur Bio und einfach auch das entsprechende Gehalt. Ich glaub, das ist wirklich auch einfach einkommensabhängig so was. Dass sich das einfach auch verändert. Ich hab als Studentin einfach auch nicht so das Bewusstsein gehabt, das lag auch einfach daran, ich könnte es mir auch eh nicht leisten, warum sollte ich mir Gedanken darüber machen? Vielleicht wenn ich gewollt hätte, hätte ich nicht wirklich gekonnt, oder es wäre schwieriger gewesen“ (416).

In Bezug auf die Ernährungsweise ihrer Herkunftsfamilie zieht vor allem Frau C Verbindungslinien zu der heutigen Ernährung. So bezieht sie bestimmte Vorlieben und Handlungsmuster auf ihre Erfahrungen aus der Herkunftsfamilie: „Es gab kein Vollkornbrot, es gab halt immer nur weiße Brötchen. Das fällt mir auch jetzt noch verdammt schwer. Ich mag sehr gern Vollkornbrot, aber ich merke, tief in meinem Innern liebe ich eigentlich wirklich weiße Brötchen, ja [...] wenn ich ein Baguette seh, dann lass ich auch echt das Schwarzbrot stehen, weils mich dann einfach nicht anmacht. Aber ich ess' es trotzdem gerne, es darf nur nichts anderes in der Nähe sein. [...] Teilweise hab ich so Sachen übernommen, wie halt so Weißbrot und teilweise bin ich aber so ganz anders, dass ich halt sage, ich will das eben nicht so, z.B. dass ich nicht koche. Meine Mutter hat jeden Tag gekocht“ (283). „.... es gab immer (*warmes Mittagessen*) auf jeden Fall, es war immer fettig und viel zu viel. Und um 15.00 Uhr dann halt schon wieder Kaffee mit Kuchen und so und 17.15 Uhr, zwei Stunden später gab's dann schon wieder Abendessen. Es war'ne Mästung eigentlich“ (287). Die Eltern haben Nebenerwerbs-Landwirtschaft betrieben, eigenes Gemüse angebaut und auch selbst geschlachtet. Die Verwendung von Fertigprodukten kennt sie aus der Kindheit nicht. Auch die Eltern von Herrn C hatten einen großen Garten und haben viel selbst angebaut.

#### ERNÄHRUNGSALLTAG, UMSETZUNG DES LEITBILDS UND HAUSHALTSORGANISATION

Der Ernährungsalltag in der Familie wird zum einen durch die Arbeitszeiten von Herrn C und die Krabbelstubenzeit vom Sohn vorgegeben und zum anderen von der spontanen Lebens- und Alltagsgestaltung von Herrn und Frau C geprägt. Angestrebt ist ein gemeinsames Frühstück und gemeinsames Abendessen, wenn es passt: „Morgens ist halt immer oft Hektik oder einer von uns war abends noch weg und liegt dann noch im Bett und dann ist der andere schon auf dem Sprung. Sohnmann in die Krabbelstube, mit dem Hund raus, also in letzter Zeit ist es nicht mehr so regelmäßig miteinander“ (33). „Wir sind halt viel unterwegs, wir haben uns den Garten gekauft, wenn wir da was arbeiten dann wird halt schnell mal’ne Pizza bestellt oder beim Döner-Mann reingeschaut“ (39). Bei den ‚regulären‘ Mahlzeiten gibt es morgens Müsli oder Brot, abends Brot, Käse und Wurst, außerdem im Idealfall morgens frisches Obst und abends rohes Gemüse. Das klappt aber nicht immer, z.B. weil es als zu großer Aufwand empfunden wird oder einfach nichts eingekauft ist. „es mangelt oft einfach an Sachen wie: ‚Haben wir eingekauft, ist was da?‘; ‚Haben wir Zeit?‘ Ich mein‘, wir sitzen immer jeden Abend zusammen am Abendbrottisch [...] aber man hat schon das Gefühl, `ne Gurke zu schneiden, das dauert jetzt wesentlich länger und ist so’n Super-Aufwand, als da was weiß ich Wurst und Käse rüber zu stellen. Wenn man’s dann macht ist es eigentlich auch immer der Teller, der zuerst leer ist...“ (19).

Frau C schreibt gerade ihre Diplomarbeit, ist also viel zuhause. Ihre Ernährungsweise beschreibt sie als sehr unregelmäßig, sie isst keine richtigen Mahlzeiten sondern immer mal etwas zwischendurch. „Ich esse eigentlich mittags nichts. Ich bin eigentlich immer so derjenige, welcher immerzu sich mal irgendwas nimmt, ja so bin ich eigentlich [...] also manchmal ess ich dann ’ne Scheibe Brot, manchmal hau ich mir aber irgendwelche Schokies rein oder irgendwelche Kekse, also auch total ungesund eigentlich“ (26ff.). Vater und Sohn essen in der Woche mittags außer Haus – in der Kantine bzw. Krabbelstube. Die Krabbelstube wird von einem Elternverein getragen und das Mittagessen reihum von den Eltern gekocht. Auch die Eltern der anderen Krabbelstubenkinder legen viel Wert auf gesundes Essen mit viel Gemüse, Salat und wenig Fleisch. „Das ist eigentlich immer schon sehr gut, also da ist immer Gemüse dabei, Obst, also das ist schon sehr gutes Essen“ (24). Da beide im Alltag nicht besonders gern kochen, ist Frau C inzwischen sehr froh über die Verpflegung in der Krabbelgruppe „... und abwechslungsreich vor allem auch. Das ist schon ganz gut, dass die (*dem Kind*) wenigstens das bieten, was ich ihm nicht biete“ (121). Zum Kochen sagen sie:

Hr. C: „Also, abends ab und zu mal, eher selten. Am Wochenende schon eher. Dann gibt’s dann auch mittags einfach so Schnelles gekocht. Nudeln mit Sauce“ (35).

Fr C: „Wir sind eigentlich nicht so die Kocher [...] am Wochenende hab’ ich ehrlich gesagt keine Lust irgendwie zu kochen. [...] wir sind schon auch so, dass wir dann schon auch viel Mal was bestellen oder irgendwo hin gehen und was essen“ (36/45).

Weil sie beide fanden, dass es mit der spontanen Fastfood-Ernährung überhand zu nehmen drohte, setzten sie sich ein Limit von maximal viermal pro Monat. Frau C sagt allerdings an einer anderen Stelle: „Ich koch’ sehr gern eigentlich und ich koch auch gut, das sagen alle, aber, ich hab’ das Gefühl meine Küche ist mir zu klein, und das ist sie tatsächlich und ich brauche Platz und ich brauch da irgendwie Muße für...“ (133) Da Herr C und der Sohn in der Woche mit einer warmen Mittagsmahlzeit versorgt sind, sehen sie die Notwendigkeit zum regelmäßigen Kochen nicht unbedingt. Sie empfinden ein geplantes, organisiertes Essen aber durchaus als etwas Schönes und Erstrebenswertes und nehmen sich auch gelegentlich vor, in diesem Punkt etwas zu verändern:

Hr. C: „Wir haben auch so ’n paar richtig tolle Kochbücher und haben’s auch schon tausendmal gesagt, komm jetzt kochen wir das mal von vorn bis hinten durch.“

Fr. C: „Aber bei Essen Nr.2 ..., wenn’s bis dahin kommt ...“

Hr. C: „Es gerät einfach wieder in Vergessenheit, dass wir uns das vorgenommen haben. Ich hab’ schon ziemlich viel um die Ohren, ziemlich viele andere Sachen zu erledigen, und dann denkt man noch ein paar Tage dran, und dann ist es auch schon wieder weg.“ (261ff.)

In der Alltagsgestaltung werden dann doch andere Prioritäten gesetzt, was sich auf den Stellenwert des Essens und auch auf die Haushaltsorganisation auswirkt.

Fr. C: „Ja das Essen hat für uns glaube ich nicht so ’nen enorm großen Stellenwert eigentlich. Auf der einen Seite schon, wir versuchen uns gesund zu ernähren...“

Hr. C: „Wir essen schon eigentlich weil’s lecker ist, ja“.

Fr. C: „Aber auf der anderen Seite ist es so..., auf der einen Seite gehe ich im Ökotopia einkaufen, auf der anderen Seite ist es dann aber auch, es hat keine große Bedeutung, dass ich mich jeden Abend hinstelle und koche oder besonders liebevoll den Tisch jeden Abend decke, also ich mein’, da kann man ja schon viel machen so um das Essen drumherum. Es ist auch nicht lieblos, aber es ist nicht irgendwie so, dass ich...“

Hr. C: „Nicht so organisiert einfach. Fr. C: Steht nicht so im Mittelpunkt, dass alles darauf hinaus läuft“ (268ff.).

Auch die Haushaltsorganisation ist dementsprechend spontan. Wenn der Kühlschrank leer ist, wird wieder eingekauft. „Wenn mal was fehlt, dann fahren wir, und dann bleibt’s halt nicht bei der Milch, die fehlt, sondern dann wird halt noch drumherum mit eingekauft“ (141). Es gibt keine festen Gewohnheiten, welche Produkte wo eingekauft werden, sondern „...je nach dem, wo wir gerade sind... Im Ökotopia hol ich alles aus’m Ökotopia, und bin ich im toom hol ich alles aus’m toom“ (429). Durch die spontanen Einkaufsgewohnheiten schätzen sie kurze Wege: „Das ist auch total verlockend, dass der Ökotopia hier um die Ecke ist, da kann man halt wirklich noch kurz vor sieben rüber schnell, sich irgendwas holen, deswegen, das ist schon echt ganz schön. Es geht einfach auch nicht, dass ich sage, ich gehe jetzt einmal im Monat und mache einen Großeinkauf. Wir haben kein Auto, da ist man eh schon ein bisschen gehandicapt“ (146). „Ökotopia ist eigentlich der, wo wir am meisten holen. Er liegt um die Ecke, die sind auch nett, da kann ich auch mal hinkommen, wenn ich mein Geld nicht dabei hab“ (151). An der spontanen Haushaltsorganisation scheitern im Alltag konkrete Vorhaben bezüglich des Einkaufs: „Es gibt oft mal Sachen, dass wir uns vornehmen z. B. Fleisch nur noch vom Biobauern zu holen, ja.



Das hält man aber einfach nicht ein, weil es ist oft so, dass ..., hier liegen die Metzger gleich um die Ecke, ja, dann geht man halt da einfach hin, wenn mal kurz noch was fehlt. Ökotopia hat nicht immer alles da, was man will, bis zum Klatschmohn zu fahren, das überlegt man sich schon noch dreimal, dann denkt man, das war super teuer da. Also muss jetzt auch nicht grad sein und ..., das nehmen wir uns ganz oft vor, dass wir dann sagen, dann lieber weniger und dafür teurer. Aber irgendwie scheitert's dann oft" (89). Familie C schätzt, dass sie etwa 60 % ihrer Lebensmittel aus ökologischer Erzeugung kauft.

Auch in Bezug auf die Arbeitsteilung gibt es keine festen Vereinbarungen. Dadurch, dass Frau C tagsüber zu Hause ist, erledigt sie mehr Haushaltsarbeit als ihr Mann. „Du machst den Müll, ich mach den Rest“ sagt sie, nicht so ganz ernst gemeint und relativiert dann: „Das gibt's eigentlich nicht so extrem (*Arbeitsteilung, Anm. d. Verf.*) [...] er bringt den Müll raus, das mach ich eigentlich fast nie und dann den Rest teilen wir uns eigentlich mehr oder weniger“ (171f.). Das Kochen für die ganze Kindergruppe übernimmt Frau C, Einkäufe erledigen sie beide. Es gibt aber diesbezüglich keine deutlichen Reibungspunkte oder große Unzufriedenheiten.

Unstimmigkeiten oder Konflikte aufgrund unterschiedlicher Vorstellungen bezüglich des Essens berichten beide nur aus der Vegetarier-Zeit von Herrn C. Ein Konfliktpunkt in der Haushaltsorganisation ist der unterschiedliche Umgang mit Vorratshaltung.

Hr. C: „Man konnte bei mir das Licht im Kühlschrank sehen.“

Fr. C: „Genau, und das kann man bei mir nicht. Also, das ist total unterschiedlich bei uns, ich bin eher so ... Also er ist auch derjenige, der den letzten Schnipsel Käse noch isst, ich bin einfach eher... ich kauf mir dann schon wieder Neuen.“

Hr. C: „Ich bin hier der absolute Resteverwerter. Also, wenn das Brot einen Tag alt ist, dann gehört das schon alleine mir.“

Fr. C: „So schlimm ist es auch nicht, aber fast, ja. Das stimmt schon, ich mag's gern frisch.“

Hr. C: „Mir ist aber aufgefallen, du achtest überhaupt nicht drauf, die Sachen frisch zu halten. Das Brot liegt draußen, dann fängt's an zu vertrocknen. [...] Wenigstens sind wir schon dazu übergegangen nur noch kleine Mengen Brot zu kaufen, dass nicht immer so viel schlecht werden kann. Es passiert schon öfter, dass einfach im Kühlschrank in irgendwelchen Ecken Sachen tage-, wochenlang übersehen werden“ (243ff.).

Wie oben bereits erwähnt, spielen Aspekte der Nachhaltigkeit auch in Bezug auf die Kleidung eine Rolle. Außerdem verbringt die Familie ihre Urlaube auf Biobauernhöfen in Deutschland.

#### CHARAKTERISTISCHES KURZPROFIL DER NACHHALTIGEN ERNÄHRUNGSWEISE VON FAMILIE C

Bei Familie C sind sowohl ökologische als auch gesundheitliche Aspekte für die nachhaltige Gestaltung der Ernährungsweise relevant. Charakteristisch ist hier der deutliche Umbruch in der Ernährungsweise im Zuge von Frau Cs Schwangerschaft. Sie berichten von einem fast radikalen Wechsel bei der Produktauswahl von 0 % *Bio* vor der

Schwangerschaft hin zu fast 100 % *Bio* bei Lebensmitteln und Kleidung für das Kind. Dieser Anteil hat sich allerdings aus Preis- und Praktikabilitätsgründen auf deutlich niedrigerem Niveau eingependelt. Das Thema *Ernährung* hat in der Familie keinen besonders hohen Stellenwert und die Haushaltsorganisation ist sehr spontan. Dementsprechend wird die Gestaltung der Ernährung zum Teil anderen Interessen untergeordnet. Da Familie C viel unterwegs ist, wird auch häufiger außer Haus gegessen. Aufgrund der institutionellen Mittagsverpflegung und der spontanen Ernährungsweise unterscheiden sich die Ernährungsstile der einzelnen Haushaltmitglieder voneinander. Gemeinsame Mahlzeiten sind ihnen als soziale Institution wichtig, es wird aber kein großer Aufwand darum betrieben. Gekocht wird selten, auch wenn sie sich immer mal wieder vornehmen, dies öfter zu tun.

#### ABSTRAHIERTE AUSWERTUNG NACH BEDINGUNGEN, STRATEGIEN UND KONSEQUENZEN DER NACHHALTIGEN ERNÄHRUNGSWEISE

##### **Bedingungen – Logik der Selektion**

###### *URSÄCHLICHE ODER UNTERSTÜTZENDE BEDINGUNGEN:*

- Wunsch nach gesunder Ernährung besonders für den Sohn
- Überzeugung: Bio ist einfach besser, man unterstützt eine gute Sache
- gute Verpflegung des Sohnes in der Krabbelgruppe
- Bioecke in Supermärkten, Naturkostladen in der Nachbarschaft

###### *INTERVENIERENDE BEDINGUNGEN:*

- Priorität für spontane Alltags- und Freizeitgestaltung lässt Vorhaben einer nachhaltigen Ernährungsweise in den Hintergrund treten
- spontanes Einkaufsverhalten, gern mit kurzen Wegen
- eingeschränkte Produktauswahl in den nahegelegenen Geschäften
- höhere Preise für Bioprodukte

##### **Strategien – Logik der Situation**

- Restriktionen für Fastfood
- Es wird alles da eingekauft, wo man gerade ist.
- Aufmerksamkeit und Regeln bezüglich der Ernährungsweise des Sohnes – Essen wird nicht als Belohnung, Trost oder Druckmittel eingesetzt.

##### **Konsequenzen – Logik der Aggregation**

- Durch viel Spontaneität und wenig feste Regeln geprägte Ernährungsweise

- Vorhaben werden wieder aus den Augen verloren
- Zufriedenheit mit der Ernährung des Sohnes, sowohl was er isst als auch sein Umgang damit

## **Familie D: „Ich versuch so in die Richtung Vollwerternährung“**

### SOZIODEMOGRAPHISCHE DATEN

Familie D lebt mit zwei Söhnen, 13 und 8 Jahre alt, in einer kleineren Gemeinde in der Nähe von Gießen. Herr D (40) ist Physiker und arbeitet mit 40 Wochenstunden als EDV-Administrator, Frau D (40) ist Krankenschwester, seit einem Jahr aber aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr berufstätig und seitdem Vollzeit-Hausfrau. Der ältere Sohn besucht eine weiterführende Schule im Nachbarort, der jüngere die Grundschule im Ort. Die Familie bewohnt ein eigenes Haus mit einer Wohnfläche von 120 m<sup>2</sup> mit Garten, die monatliche Belastung dafür liegt bei etwa 1000 €. Das Haushaltsnettoeinkommen beträgt zwischen 2000 und 2500 €. Da ein gemeinsamer Termin schwierig zu organisieren war, ist dieses Interview als Einzelinterview mit Frau D durchgeführt worden. Sie hatte im vorbereitenden Telefonat erklärt, dass sich ihr Mann nicht für das Thema Ernährung interessiert und sie daher diesen Versorgungsbereich allein gestaltet.

### LEITBILD EINER NACHHALTIGEN ERNÄHRUNG

Frau D orientiert sich seit vielen Jahren an den Grundsätzen der Vollwerternährung. „Also ich versuche so in die Richtung Vollwerternährung also mit möglichst viel Gemüse und Obst, viel Getreide, ich backe selbst mit Vollkorn Brot und Brötchen und, ja, versuche halt nicht alles tot zu kochen und keine Sachen aus der Dose, kein Fertigmahl. Wobei es auch nicht so strikt ist, das ich sagen würde, es kommt hier keine Dose ins Haus“ (53). Als Ausgangspunkt nennt sie Diskussionen über ‚gute Ernährung‘ in ihrer WG vor etwa 15 Jahren und Aktivitäten in der Naturschutz- und Anti-Atomkraft-Bewegung der 1980er Jahre. Auch dem Reaktorunfall in Tschernobyl spricht sie einen Einfluss zu. „...das ist halt wirklich von Jugendzeiten, wo ich angefangen habe, mich in Richtung Naturschutz, Anti-Atomkraftbewegung zu engagieren. [...] es ist nicht auszuschließen, auch so gerade Sachen wie Tschernobyl waren ja, sage ich mal, prägend in der Zeit“ (69). Lange standen ökologische Argumente klar im Mittelpunkt. Krankheitsbedingt sind aber zunehmend auch gesundheitliche Aspekte in den letzten Jahren relevant geworden. „Der Ursprung denke ich mehr aus der ökologischen Ecke, wobei halt in den letzten Jahren mehr die Gesundheit dazu gekommen ist, weil ich Darmkrebs hatte vor vier Jahren, und das für mich dann doch noch mal einen zusätzlichen Aspekt reingebracht hat. Wobei ich eigentlich so denke, wir haben schon die ganzen Jahre vorher uns so ernährt wie es

immer empfohlen wird und ich hab es trotzdem gekriegt...[...] das hat mir am Anfang schon arg zu schaffen gemacht, so die Überlegung, wo habe ich da Fehler gemacht, was ist falsch gelaufen mit meinem Essen. Weil es halt ständig immer als oberstes Kriterium im Raum steht und das hat mich ganz schön fertig gemacht“ (59/61). Die Veränderung liegt in erster Linie darin, dass Frau D inzwischen stärker auch auf ihre eigene Ernährung achtet und sich nicht nur um die Gesundheit der Kinder sorgt: „...das ich mich jetzt selbst mehr bemühe, Obst zu essen [...] Ich habe immer so den Hang gehabt, den Kindern das Obst zuzuschieben“ (68). Vollkornprodukte, Getreide, frisches Obst und Gemüse spielen aber seit jeher eine wichtige Rolle in der Ernährung der Familie. Soziale und ökonomische Aspekte in Bezug auf die Ernährungsweise oder als Entscheidungskriterium benennt Frau D nicht explizit. Für Herrn D hat das Thema Ernährung keine besondere Bedeutung.

#### ERNÄHRUNGSALLTAG, UMSETZUNG DES LEITBILDS IM FAMILIENALLTAG

Gemeinsame Mahlzeiten sind Frau D sehr wichtig. In aller Regel frühstückt die Familie zusammen. „Der Große [...] ist der erste, der fertig sein muss mit dem Frühstück und mein Mann isst schon immer mit ihm zusammen dann auch, und der Kleine und ich kommen dann so nachgetrödelt. Aber wir sehen uns alle beim Frühstück, das ist mir auch wichtig“ (17). Je nach Lust gibt es entweder Brot oder Müsli. Auch das von Frau D zubereitete Mittagessen ist eine gemeinsame Mahlzeit, Herr D kommt in der Regel über Mittag nach Hause. „Mittagessen ist so, dass ich mit den Kindern meistens esse und mein Mann irgendwann kommt. Aber das ist immer sehr unterschiedlich, mal kommt er praktisch bevor ich das Essen fertig gekocht habe und mal kommt er dann so um 16.30 Uhr zum Mittagessen. Er kommt gerade so, wann es passt, [...]. Das finde ich ein bisschen schade, ich hätte gern ein gemeinsames Mittagessen“ (19ff.). Auch, weil es mit einem gemeinsamen Abendessen nicht klappt: „Abendessen scheitert auch an seinen Arbeitszeiten, das ist also auch selten, das wir das so gemeinsam einnehmen. [...] und ich und die Kinder machen das dann halt schon, aber manchmal scheitert's am Fernsehen, wenn die Simpsons dazwischen kommen ....“ (25ff.). Das Kochen macht Frau D Spaß und sie bewertet die warme Mittagsmahlzeit für sich sehr hoch „für mich ist es seelisch wichtig zu kochen, mittags oder einmal am Tag was Warmes zu essen zu kriegen, sonst bin ich unausgeglichen“ (83). Hier zieht sie Verbindungen zu ihrer Herkunftsfamilie: „Ich komme aus einem Metzgershaushalt... [...] Essen war schon immer [...] ein zentrales Thema“ (95ff). Beim Alltagskochen berichtet sie allerdings auch von Ermüdungserscheinungen: „Es sind Hochs und Tiefs, klar, wenn's an mehreren Tagen hintereinander dann so heißt, uuäää, das will ich jetzt aber gar nicht, ich ess lieber Müsli, dann kriege ich schon so meinen Koller“ (31). Frau D probiert gern neue Rezepte aus oder experimentiert selbst. „Ich liebe meine Kochbücher, ich koche eigentlich schon immer ganz gerne verschiedene Sachen. Wobei ich mich selten an die ursprünglichen Rezepte halte, ich nehme meistens, guck, was habe ich da in meinem Kühlschrank [...] und dann lese ich fünf

Kochbücher und mixe was draus“ (286). Es gibt aber natürlich auch einige sich wiederholende Standardgerichte. Anregungen für den Speiseplan kommen auch durch die regelmäßig ins Haus gelieferte Gemüsebox. „Das ist der Vorteil mit der Gemüsebox, man kriegt halt was und muss gucken was man daraus macht. Das finde ich sehr praktisch, so muss ich mir nicht irgendwie samstags Gedanken machen, was ich in der nächsten Woche kochen will und entsprechend einkaufen, sondern ich kriege meine Box und dann schauen wir mal“ (35). Die meisten Lebensmittel wie Obst, Gemüse, Milch, Eier, Nudeln und Müslizutaten werden von einem Biolieferanten gebracht, fehlendes wie Käse wird im Naturkostladen oder auch manchmal im Supermarkt eingekauft. Fleisch und Wurst bekommt Familie D von ihren Eltern, die früher eine Metzgerei geführt haben und heute noch für den Eigenbedarf produzieren.

Die Verantwortung für Alltagsversorgung liegt zurzeit fast vollständig bei Frau D, was auch daran liegt, dass sie den ganzen Tag zuhause ist. Herr D beteiligt sich aber an Haushaltsarbeiten „dass das zeitlich eingeschränkt ist, ist klar [...] wobei das halt nicht so festgelegt ist, mehr flexibel, das er eben mal einkaufen fährt, oder beim Aufräumen hilft, oder die Waschmaschine anstellt oder so“ (123). Früher hatten sie in dieser Beziehung andere Wünsche: „Gut, am Anfang haben wir von Rollenteilung geträumt, so dass jeder eine halbe Stelle arbeitet und eine halbe Stelle daheim hier rumhängt. Aber es scheitert allein schon daran, dass mein Mann kein besonderes Interesse daran hat, Essen zuzubereiten“ (89). Dieser Punkt hat gerade zu Zeiten, als Frau D noch berufstätig war, immer wieder zu Konflikten geführt: „Wenn ich nicht da war zum Essen machen, dann haben die Kinder sich eben mit Joghurt und Müsli ernährt. Ihm ist es gar nicht eingefallen, dass es mal Zeit sein könnte, Essen zu machen“ (89). Daher wird der Ernährungsbereich schon lange vollständig von Frau D abgedeckt. Aber die Haltung ihres Mannes zum Essen nimmt sie nach wie vor nicht einfach hin: „Das ist ein ständiger Kampf, ja, weil ich schon sehr darunter leide, dass er sich so wenig drum kümmern mag. Weil es mir sehr wichtig ist, und ich denke, er hat schon eine Menge gelernt, auch akzeptiert zum Beispiel, dass es für die Kinder durchaus wichtig ist, hier an diesem Tisch gemeinsam mit den Eltern zu essen, um zum Beispiel ungesunde Ernährungsweisen sich nicht anzueignen und so dieses Ding, mit neben dem Fernsehen, beim Lesen zu futtern, vor lauter Gier sich tonnenweise Zeug reinzustoßen, weil man völlig ausgehungert ist, statt rechtzeitig darüber nachzudenken, dass es eigentlich Zeit wäre zum Essen. [...] Wenn er am Arbeiten ist, merkt er einfach nicht, dass er Hunger hat. Und wenn er dann hier nach Hause kommt, dann isst er schon drei Brote, bevor er sich das Essen warm gemacht hat. (109ff) [...] Aber er isst gerne, aber halt eben, dass man das auch zubereiten müsste und daran denken...“(91). Sie erklärt sich diesen Umgang mit seinen Erfahrungen in der Herkunftsfamilie: „Er kennt das halt von zu Hause gar nicht. Seine Mutter und seine Schwester haben eigentlich immer Diäten gelebt und Essen war eigentlich immer so was Belastendes...“ (89).

Die Aufgabenverteilung der Hausarbeiten hat sie allerdings weitgehend akzeptiert. Im Vergleich zu den Versorgungskonflikten aus der WG-Zeit deutet sie die Situation heute so: „Hier ist auch niemand, von dem ich erwarte, dass er kocht. Also brauche ich auch nicht unglücklich darüber sein, dass ich es dauernd tun muss“ (87). Die Söhne integriert sie bei den Haushaltsarbeiten und der Ernährungsversorgung, hier gibt es bei beiden wenig Konflikte. „Eigentlich immer wenn sich die Gelegenheit bietet, sind sie dabei und wollen es auch gerne“ (267). Die Haushaltsorganisation ist flexibel an die Alltagsabläufe der Haushaltsmitglieder angepasst und wird durch einen festen Mahlzeitenrhythmus strukturiert.

Die Kinder haben nach Einschätzung von Frau D die nachhaltige Ernährungsweise eher negativ beeinflusst. „Ich war früher deutlich strenger mit dem, was ich zugelassen hätte und bin da an meine Grenzen gestoßen, was durchsetzbar ist. [...] einfach weil Kinder ihre eigenen Vorstellungen haben, was ihnen schmeckt und was nicht und man kann Einfluss nehmen, man kann die Dinge anbieten, aber man kann nicht drüber bestimmen, was sie mögen sollen“ (75ff.). Was die Ernährung der Kinder angeht, gibt es keine strikten Verbote oder Regeln. Der ältere Sohn ist in seiner Ernährungsweise sehr aufgeschlossen, beim Jüngeren ist es etwas schwieriger: „Der Große isst gern alles Mögliche und ist auch neugierig und schon eher so jemand, der auch Lust hat unterschiedliche Sachen zu essen und so. Und der Kleine isst Müsli... aber er isst halt auch trockene Kartoffeln, trockene Nudeln, trockenen Reis, er isst gern alle Sorten Brei, und Obst in rauen Mengen. Aber mit Gemüse, na ja...“ (41). Gegen die Vollwerternährung in der Familie gibt es von den Söhnen keinen Protest. Frau D deutet dies so: „Also, ich denke, es spielt deswegen nicht so eine Rolle, weil ich darum auch keinen großen Tanz mach, also der geht schon mal mit Freunden zu McDonalds, [...] Na ja Gott, tut er es halt. Und kommt eigentlich immer und sagt, na ja, so richtig schmecken tut es ja doch nicht. Aber man muss halt hingehen, weil die anderen eben auch hingehen“ (143). „...also von daher [...] denke ich entspannt genug, dass sie es mit tragen können, ohne sich das irgendwie als Rebellionspunkt auszusuchen. Ich habe halt auch nie einen Stress draus gemacht, wenn sie was nicht essen wollten“ (163). Die Hintergründe der Ernährungsweise kennen und unterstützen die Söhne „Das ist ihnen schon eigentlich bewusst, dass es halt wichtige Gründe gibt, Sachen aus dem Ökobereich zu kaufen und Vollkornprodukte zu bevorzugen, und das ist eigentlich auch so, dass sie das auch tun, wenn wir dann doch mal Brötchen vom normalen Bäcker haben, na ja, deine schmecken eigentlich besser“ (157).

Frau D nennt außerdem einen familienspezifischen Einflussfaktor auf das Ernährungsmuster der Familie. Durch regelmäßigen Fleischkauf unterstützt sie ihre Eltern: „Da kriegen wir eigentlich alles an Fleisch und Wurst her, was wir verzehren, wobei es eigentlich manchmal zu viel ist. Ich habe gar keine Lust mehr auf so viel Fleisch und Wurst. Und meine Eltern, da wird eigentlich noch so völlig, jeden Tag was [...] Also, als sie die Metzgerei noch hatten, haben wir eigentlich eher weniger Fleisch und Wurst von ihnen gekriegt, jetzt ist es halt so

ein Stück weit auch, das Mit-Unterstützen von meinen Eltern, die nur eine sehr geringe Rente haben als Selbstständige, da gab es nur wenig Zeit, wo sie was einbezahlen konnten und das war auch so eine kleine Metzgerei, dass sie da jetzt nicht die großen Rücklagen bilden konnten und wenn wir ihnen halt was dafür geben, was sie verkaufen, trägt das zu ihrem Lebensunterhalt, und das ist so der Teil, der mich daran hindert, zu sagen, ich will eigentlich gar nicht mehr“ (237).

Auch in anderen Lebensbereichen spielt die Nachhaltigkeit eine Rolle. So hatte die Familie jahrelang kein eigenes Auto und war Mitglied in einem Car-Sharing-Projekt. Noch heute versuchen sie möglichst alle Wege mit dem Fahrrad zu erledigen. Auch bei Arbeiten am Haus und beim Gartenbau spielen ökologische Kriterien eine Rolle.

#### CHARAKTERISTISCHES KURZPROFIL DER NACHHALTIGEN ERNÄHRUNGSWEISE VON FAMILIE D

Sowohl Ernährung im Allgemeinen als auch die nachhaltige Ernährung im Speziellen hat einen sehr hohen Stellenwert in der Familie D. Getragen wird dies fast ausschließlich von Frau D, die sowohl die Maßstäbe setzt als auch die Umsetzung in den Alltag praktiziert. Da auch die Kinder mittags zuhause essen und Frau D vieles selbst herstellt, ist ihr Einsatz sehr hoch. Es hat sich ein gemeinsamer Familienernährungsstil entwickelt, der die Ernährungsweise aller Haushaltsmitglieder prägt. Zündfunke für ihr Interesse an der nachhaltigen Ernährung war für Frau D die ökologische Bewegung in den 1980er Jahren. Dementsprechend standen ökologische Kriterien lange im Mittelpunkt. Als Leitbild nennt sie die Vollwerternährung. Durch eine Erkrankung haben in den letzten Jahren jedoch zunehmend auch gesundheitliche Aspekte an Gewicht gewonnen. Frau D bedauert das Desinteresse ihres Mannes an dem Thema und stößt gelegentlich auch durch die eingeschränkten Vorlieben der Kinder an die Grenzen ihrer Umsetzungswünsche.

#### ABSTRAHIERTE AUSWERTUNG NACH BEDINGUNGEN, STRATEGIEN UND KONSEQUENZEN DER NACHHALTIGEN ERNÄHRUNGSWEISE

##### **Bedingungen – Logik der Selektion**

###### *URSÄCHLICHE BEDINGUNGEN*

- Sensibilisierung für die Öko-Problematik in den 1980er Jahren, Anti-AKW- und Naturschutz-Bewegung und den Reaktorunfall in Tschernobyl
- Hohe Priorität der Ernährung schon in der Herkunftsfamilie von Frau D
- Bedeutung von gesundheitlichen Aspekten durch eine Erkrankung deutlich verstärkt
- Zeitbudget von Frau D für Ernährung durch krankheitsbedingtes Ausscheiden aus dem Berufsleben gestiegen

#### *INTERVENIERENDE BEDINGUNGEN*

- Desinteresse des Partners am Thema Ernährung
- Begrenzte Bandbreite an Gerichten durch den Geschmack der Kinder – vor allem des jüngeren Sohnes
- Verantwortung für die Eltern verhindert die Verringerung des Fleischkonsums

#### **Strategien – Logik der Situation**

- Volle Übernahme der Ernährungsverantwortung und Umsetzung durch Frau D, hoher Idealismus
- Kein Dogmatismus gegenüber den Kindern – keine Verbote, aber Regeln
- Umgang mit der Fleisch-Diskussion als Metzgerstochter

#### **Konsequenzen – Logik der Aggregation**

- Zufriedenstellende und konsequente Umsetzung des Leitbilds in den Ernährungsalltag.
- Weitgehende Kooperation der Kinder bei der praktizierten Ernährungsweise

### **Familie E: „Five a Day“**

#### SOZIODEMOGRAPHISCHE DATEN

Frau E (38) und Herr (36) E leben mit einer Tochter (8) und zwei Söhnen (6 und 2) in einem älteren Reihenhaushaus mit Garten am Rand von Frankfurt. Frau E hat Anglistik und BWL studiert und ist als Anzeigensachbearbeiterin bei einer Zeitschrift angestellt, befindet sich seit der Geburt des letzten Kindes aber in Elternzeit. Herr E hat BWL studiert und arbeitet in Vollzeit als Redakteur in Frankfurt. Für die Fahrt zur Arbeit und zurück benötigt er am Tag 1,5 Stunden. Die beiden älteren Kinder besuchen die Schule und kommen mittags nach Hause. Der jüngste Sohn besucht bisher keine Einrichtung. Das Haushaltsnettoeinkommen der Familie liegt zwischen 2500 und 3000 €, die monatliche Belastung für das 150 m<sup>2</sup> große Haus beträgt etwa 1500 €.

#### LEITBILD EINER NACHHALTIGEN ERNÄHRUNG

Im Vordergrund steht für beide Partner der Gesundheitsaspekt der Ernährung. Sport und Bewegung spielen bei Familie E eine große Rolle. Die Hauptverantwortung für die Ernährungsversorgung liegt bei Frau E, sowohl was die konkreten Entscheidungen als auch die Ausführung angeht. „Ich denke schon, ich entscheide das alles. Aber, eben ich richte mich nach dem Geschmack, also ich entscheide das halt, jetzt natürlich nicht so diktatorisch oder so



was. Ich richte mich natürlich nach dem Geschmack und der Gesundheit aller Familienmitglieder“ (202). Sie legt in der täglichen Versorgung der Familie besonders viel Wert auf einen großen und abwechslungsreichen Rohkost- und Gemüseanteil. „Ich denke, Kohlenhydrate und Eiweiß, die kriegen die Kinder so oder so irgendwie mit, versuche ich halt auf Vitamine und viel frisches und rohes und gekochtes Gemüse zu achten“ (91). „Das ist so meine Linie, Vollkorn, Frisches und viel Obst und Gemüse, darauf achte ich halt. Man soll ja immer so „five a day“ sagt man ja, ich versuche halt auch wirklich drauf zu achten, dass es halt auch verschiedene sind“ (270). „Ich habe halt so eine Liste, wo ich kontrollieren kann, essen wir ein Kilo Möhren in der Woche“ (183). Zu jeder Mahlzeit und für die Außer-Haus-Verpflegung der Kinder werden immer rohe Möhren, Gurken, Salat oder Obst gereicht. „Es gibt nie ein Mittagessen bei uns, wo es nichts Rohes gibt. Ja, entweder halt noch mal Gurken und Möhren oder noch einen Salat. Wir haben auch immer vier Sorten Gemüse zum Mittagessen, da achte ich also sehr. Und zum Abendbrot dann auch noch mal Gurken dazu oder Möhren oder ein bisschen Obst drauf“ (32).

Für Herrn E ist Ernährung kein derart zentrales Thema wie für seine Frau, auch wenn er sich durchaus dafür interessiert und auch Wert auf gesunde Ernährung legt. „Wir haben bei uns zu Hause nicht so auf unsere Ernährung geachtet. Gemüse halt, aber ich habe mich ja auch dafür interessiert, kann man sagen und dann darauf geachtet, viel Getreide zu essen und Obst und Gemüse, Rohkost, wenig Gekochtes“ (101).

Auch Regionalität und Saisonalität kommen bei der Auswahl der Lebensmittel zum Tragen: „...was ich ein bisschen versuche, ist, dass der Transport nicht so viel ausmacht. [...] wir haben im August fast jeden Tag eine Melone gegessen, weil eben Melonenzeit ist“ (149ff.). Ethische Aspekte, besonders in Bezug auf Tiere, spielen durchaus auch eine Rolle bei der Ernährung von Familie E. So kaufen sie tierische Produkte wie Eier, Wurst und Fleisch möglichst in Bio-Qualität. Frau E war in ihrer Jugend für drei Jahre Vegetarierin, hat es aber aus gesundheitlichen und alltagspraktischen Gründen wieder aufgegeben: „Da war ich über drei Jahre dann ganz vegetarisch, mehr aus ethischen Gründen, gar nicht so aus gesundheitlichen Gründen. Habe dann stattdessen ganz viel Milchprodukte gegessen und bin erst vor ein paar Jahren durch eine Heilpraktikerin darauf gekommen, dass dadurch auch Akne und Pickel entstehen können, so toll ging es mir dann eigentlich auch wieder nicht. Weil ich habe da viel Käse und Milchprodukte und nur das Fleisch weggelassen, das war dann auch nicht so toll irgendwie. Ich habe dann angefangen, Fleisch wieder zu essen, auch als ich dann mal eingeladen war oder mit Leuten mal essen gehen oder auch in der Mensa, und so da war es irgendwie einfacher. Aber ich hab schon immer viel auf frisches Gemüse und Obst und so geachtet und Vollkorn. Das hat bei mir eigentlich auch so angefangen (93). Fleisch spielt bei Familie E nach wie vor keine große Rolle in der Ernährung. Schweinefleisch wird gar nicht gegessen, Wurst allerdings häufiger. Zu Zeiten von BSE waren sie sehr verunsichert. Hr. E: „Als das letztes Jahr aufkam, da hat ich dann auch gedacht, mmh, soll man es jetzt überhaupt noch essen? Und in der Hochphase, als man nur noch die Horrorbilder über den Fernseher hat laufen sehen [...]

Da gab es ja die wildesten Theorien, in der Phase hab ich überhaupt kein Fleisch gegessen“ (141). Ökologische Aspekte sind eher untergeordnet: „Da versuche ich schon irgendwo ökologisch, also ich mache [...] die Einkäufe schon meist mit dem Fahrrad, aber auch weil es einfach Spaß macht. Wo ich drauf achte, dass ist schon mehr so das ethische, dass ich halt Eier fast nur über den Bio-Lieferdienst kaufe“ (136). Herr E sagt dazu: „Da spielt das Ökologische oder die Umwelt schonenden Sachen eine untergeordnete Rolle. Also, jetzt nicht unbedingt des Preises wegen, sondern weil man nicht so viel drüber nachdenkt, wenn ich da jetzt am Obststand stehe und überlege mhm, kauf ich jetzt das oder jenes. [...] die Auswahl ist groß“ (156).

Frau E berichtet, dass sie schon in ihrem Elternhaus durch das Interesse ihrer Mutter an Vollwerternährung mit dem Thema in Berührung gekommen ist. „Wir haben damals eine Familie kennen gelernt mit denen wir also sehr eng befreundet waren und meine Mutter hat das halt auch so mitgemacht, dass wir jetzt nicht mehr weißen Reis sondern Vollkornreis, das wir Rohkost viel gegessen haben und so“ (95). In ihrer Herkunftsfamilie wurde alles frisch zubereitet und keine Konserve verwendet. Allerdings sieht sie die Entwicklung hin zu einer vegetarischen Ernährungsweise in der Jugendzeit eher als Abgrenzung zum familiären Ernährungsstil denn als Übernahme elterlicher Muster: „Ich war da ganz extrem intolerant, ich habe dann einfach mein eigenes Essen gekocht, wie es halt eben so ist. So andere Leute, weiß nicht, die ziehen sich dann irgendwie schreckliche Klamotten an oder so. Ich habe halt eben meine eigenen Mahlzeiten gekocht“ (97). Herrn Es Interesse an Ernährung lässt sich eventuell darauf zurückführen, dass seine Mutter über Mittag berufstätig war, so dass er und seine drei Geschwister sich relativ früh selbst versorgt und gekocht haben.

Bei der Gründung eines gemeinsamen Haushalts von Frau und Herrn E gab es wenig Meinungsunterschiede bezüglich der gemeinsamen Ernährungsversorgung, da beiden eine gesunde Ernährung wichtig war, und auch die diesbezügliche Prioritätensetzung nicht allzu verschieden war. Frau E erinnert sich nur an kleinere Unstimmigkeiten: „Diskussion gab's eigentlich nicht, aber ich denke, bei mir war das noch ein bisschen stärker eigentlich mit diesem auf gesunde Ernährung [...] Ich weiß noch, wie ich mich erschrocken habe, als du einmal bei uns mittags eine Konserve, ich weiß nicht mehr, was es war, irgendwas aus einer Konserve...“ (107). Die Geburt der Kinder hat für beide keine besondere Veränderung mit sich gebracht. „Wir essen jetzt auch nicht viel gesünder, seit die Kinder da sind, weil vieles mögen die ja gar nicht.“ Frau E bedauert, dass sie durch die Vorlieben der Kinder in ihrer Kreativität beim Kochen sehr eingeschränkt ist. „Ich koche ganz einfach. Man kann ja nicht mal in ´ne Sauce schön Rosmarin oder Thymian irgendwo ranmachen“ (126). In Bezug auf den Süßigkeitenkonsum der Kinder haben Frau und Herr E unterschiedliche Auffassungen:

Hr. E: „Und außerdem essen die auch sehr viel Süßigkeiten.“

Fr. E: „Da sind wir aber unterschiedlicher Meinung; ich finde, dass sie gar nicht so viel Süßes essen. [...] Ich habe in letzter Zeit ganz viel Zahnpflegekaugummis gekauft, das zählt

für sie auch als Süßigkeit, also wenn die jetzt irgendwas naschen wollen, dann biete ich ein Zahnpflegekaugummi an, damit ist das erledigt.“

Hr. E: „Ja, aber die essen auch viele Bonbons und wollen auch viele und fragen. Also das ist nicht so einfach, das abzuwehren und zu sagen, jetzt nicht oder erst mal was zu Mittag essen“ (63ff.).

Frau E bedauert es etwas, dass das gemeinsame Genießen beim Essen zu kurz kommt: „Ich finde, das wir ziemlich schnell essen. Ich würde das gern mal, so wie ich das von einer Freundin kenne, [...] da saßen wir dann am Tisch und haben wirklich drei Stunden gefrühstückt. [...] das ist bei uns mehr eine Nahrungsaufnahme, und wenn man fertig ist, dann wird abgeräumt. Also, es ist nicht so, dass man wirklich so stundenlang Kaffee trinkt und das genießt oder so“ (163ff.).

#### ERNÄHRUNGSALLTAG, UMSETZUNG DES LEITBILDS UND HAUSHALTSORGANISATION

In der Woche frühstückt die Familie gemeinsam. Für die Kinder gibt es Haferflocken mit Ahornsirup und Milch, manchmal auch Brot. Die Kinder nehmen ein zweites Frühstück mit in die Schule, meist Brot mit etwas Obst und/oder Gemüse. In der Woche kocht Frau E jeden Mittag für die Kinder und isst mit ihnen. Dabei achtet sie darauf, dass für jedes Kind Gemüse oder Salat dabei ist, den es gern isst. Herr E versorgt sich am Arbeitsplatz selbst oder geht essen. Dabei bevorzugt er auch gesunde Kost: „Da achte ich schon drauf, dass ich ähm, also nicht nur Pommes und Hähnchen oder so esse, sondern mit Gemüse und Reis oder gut, auch mal eine Pizza, Gemüsepizza oder so was. Eigentlich eher viel Gemüse“ (54). Ein gemeinsames Abendessen gibt es aufgrund der unterschiedlichen Alltagsrhythmen nicht. Fr. E: „... eher selten eigentlich, weil ich auch öfters Sport habe, das ist dann so um sieben Uhr, und dann versuche ich halt, dass die Kinder vorher fertig sind, dann ist mein Mann aber noch nicht unbedingt da zum Essen. [...] Das mit dem Familienessen machen wir eher am Wochenende“ (34). Zum Abendessen gibt es Brot und wieder Rohkost. Für die gemeinsame Mahlzeit am Wochenende gibt es keine festen Regeln, das kann ein längeres Frühstück oder auch ein Mittagessen sein.

Es verlangt Frau E einigen Organisations- und Planungsaufwand ab, die Wünsche und Bedürfnisse von drei Kindern mit ihrem Leitbild der abwechslungsreichen Gemüseküche in Einklang zu bringen: „Ich mache einen Rote-Bete-Salat einmal in der Woche, aber der hält so zwei Tage [...] das mag der Kleine zum Beispiel wahnsinnig gerne. Der Große isst das gar nicht. Auf die Streitereien lass ich mich auch nicht mehr ein – er isst ein bisschen was davon. Dann essen wir fast jeden Tag Brokkoli, weil wir das alle sehr gern mögen und weil der Große keinen Salat isst, isst er dann halt Brokkoli so als Ausgleich. Und wenn wir nur Gemüse haben, was er nicht mag, dann schneide ich ihm einen Apfel oder eine Birne auf, dass er halt auch was Rohes hat. Aber ich habe keine Lust mehr auf die Streitigkeiten“ (6). Auch bei ihr zeigt sich, dass das Alltagskochen für die Kinder eine wenig erfüllende Tätigkeit ist. „Die Verpflichtung, jeden Tag was zu kochen, wo dann kommt, das mag ich nicht und dies mag ich nicht, dass ist das was also auch Stress verursacht“ (261). Eine gute institutionelle Mittagsverpflegung für die Kinder

würde sie sehr begrüßen. „Wenn das meinen Vorstellungen entspräche, [...] das würde ich bestimmt in Anspruch nehmen. Wenn es halt vom Gesundheitlichen und halt vom Finanziellen akzeptabel wäre“ (261). Die Versorgung ihres mittleren Sohnes während der Kindergartenzeit hat sie in guter Erinnerung: „Das Essen war auch super, also praktisch wie zu Hause eigentlich. Abwechslungsreich, auch mal Kompromisse halt, also auch schon mal Hähnchen mit Pommes oder so was, aber alles selbst gemacht, die haben da extra jemanden der kocht. Kaufen das selbst frisch ein und so“ (12). Frau E geht auch bei der Ernährung der Familie Kompromisse ein, zum Beispiel, wenn es zwischen zwei Terminen mal knapp wird, gibt es auch schon mal Tiefkühlpizza, die mit frischem Gemüse aufgewertet wird. Und morgens gibt es gelegentlich mal Toastbrot, da das alle so gern essen.

Einen Großteil der Produkte kauft Familie E im Supermarkt. Einen festen Platz auf dem Speiseplan haben vegetarische Brotaufstriche und Karob-Creme (statt Nutella) aus dem Reformhaus. Einen Teil Obst und Gemüse bezieht die Familie über die Bio-Kiste, ebenso Vollkornbrot, Eier, Wurst und einen Teil der Milch. Zum Teil wird Obst und Gemüse auch direkt bei einem Bio-Bauern in der Umgebung eingekauft. Bei der Auswahl der Einkaufsstätten spielen finanzielle Aspekte durchaus eine Rolle. Bio-Produkte sind Frau E oft zu teuer. „Ich kaufe halt in den Supermärkten am Ort, [...] ich kann halt auch nicht viel mehr Geld ausgeben, als wir schon dafür ausgeben, wenn nur einer verdient“ (132). Dies bedauert sie allerdings: „Also im Grunde finde ich das ganz wichtig, auch Sachen, die abgespült werden [...] das verunreinigt ja den Boden. Das ist natürlich schon schlimm, nur wenn die Sachen dreimal so viel kosten oder so was, dann kaufe ich sie halt nicht“ (145). „...der Preisunterschied ist schon groß und bei uns geht alles mal fünf“ (189). Auch aus alltagspraktischen Gründen würde sie gern viel mehr über die Bio-Kiste beziehen. „Wenn mir jemand einen Gutschein [...] beim Bio-Lieferdienst geben würde, ich würde da kaufen, weil es wird gebracht und es ist Öko“ (193).

In der Haushaltsorganisation haben sich wiederkehrende Rhythmen entwickelt. So hat Frau E einen festen Einkaufstag und einen Putztag. Auch die Mahlzeiten werden im Voraus geplant. Durch die Elternzeit von Frau E ist die Arbeitsteilung momentan sehr klassisch. Gerade die Ernährungsversorgung der Familie wird fast vollständig von ihr übernommen. Diese Arbeitsteilung hat sich, wie beide berichten, durch die Entwicklung der beruflichen Situationen so ergeben: „Erstens verdient mein Mann mehr und zweitens hat man ja doch eine lange Unterbrechung, mir ging es in der Schwangerschaft auch extrem schlecht und da ergibt sich ja schon daraus, dass man nicht so das verfolgen kann, eine Karriere oder so, wie ein Mann, wenn man dreimal rausgeht“ (240). Der Idealzustand sieht für sie aber anders aus: „Es wäre eigentlich ideal, wenn jeder so eine 2/3 Stelle hätte [...], also die Verantwortung allein für fünf Leute das Geld ranzuschaffen ist sehr groß“ (246). Gegen diese Arbeitsteilung spricht jedoch, dass Herr E ein deutlich höheres Einkommen hat als seine Frau. Vor der Geburt des dritten Kindes war Frau E für ein dreiviertel Jahr voll berufstätig, Herr E befand

sich damals *zwischen zwei Stellen* und hat in dieser Zeit die Familienarbeit übernommen. Nachdem er die neue Stelle angetreten hatte, hat Frau E zunächst auf vier, dann auf drei Tage in der Woche reduziert. Sie würde ihren Beruf gern wieder aufnehmen, auch wenn die Alltagsorganisation in den Zeiten ihrer Berufstätigkeit wesentlich stressiger war. „Als ich voll berufstätig war und mit zwei Kindern im Kindergarten, da fand ich es viel schwieriger, abends noch zu kochen, das war eigentlich sehr anstrengend“ (124).

#### CHARAKTERISTISCHES KURZPROFIL DER NACHHALTIGEN ERNÄHRUNGSWEISE VON FAMILIE E

Bei Familie E stehen gesundheitliche Aspekte der Ernährung klar im Vordergrund. Frau E ist als Vollzeit-Hausfrau zurzeit allein für die Ernährung zuständig. Ihr ist es sehr wichtig, dass ihre Kinder ausreichend Obst und Gemüse essen; ausreichend Rohkost ist für sie ein wichtiges Leitbild der Ernährung. Um den Vorlieben der Kinder entgegen zu kommen, investiert sie viel Arbeit und Zeit. Den finanziellen Spielraum bei einem Einkommen mit drei Kindern bezeichnet sie als Barriere für den Kauf von mehr Bioprodukten. Der Familienernährungsstil ist für alle Haushaltsmitglieder der maßgebliche Ernährungsstil.

#### ABSTRAHIERTE AUSWERTUNG NACH BEDINGUNGEN, STRATEGIEN UND KONSEQUENZEN DER NACHHALTIGEN ERNÄHRUNGSWEISE

##### **Bedingungen – Logik der Selektion**

###### *URSÄCHLICHE BEDINGUNGEN:*

- Erfahrungen aus dem Elternhaus
- ähnliche Vorstellungen bezüglich der Ernährung bei beiden Partner

###### *INTERVENIERENDE BEDINGUNGEN:*

- hohe Kosten für Bio-Produkte
- Schwierigkeiten, die Geschmacksvorlieben der Kinder *unter einen Hut* zu bringen
- zeitliche Engpässe fürs Kochen
- unterschiedliche Alltagsabläufe der Familienmitglieder
- Fehlen institutioneller Mittagsverpflegung für die Schulkinder

##### **Strategien – Logik der Situation**

- vielfältiges Gemüseangebot zu allen Mahlzeiten
- hoher Zeit- und Arbeitsaufwand für die Versorgung der Familie
- keine Berufstätigkeit von Frau E

#### Konsequenzen – Logik der Aggregation

- weitgehende Zufriedenheit mit der Qualität der Familienernährung
- Unzufriedenheit mit der Arbeitsteilung bei Frau E

#### Familie F: „Frisch und Fertig“

##### SOZIODEMOGRAPHISCHE DATEN

Frau F (35), ihre Tochter (15) und ihr Lebensgefährte Herr F (42) leben in einem Dorf in der Nähe von Gießen. Sie bewohnen eine etwa 100 m<sup>2</sup> große Wohnung mit Garten. Frau und Herr F haben beide eine Vollzeitstelle im pädagogischen Bereich in Gießen. Das bedeutet für Frau F 40 und für ihren Partner 38,5 Stunden in der Woche. Für die Fahrt zur Arbeitsstelle und zurück benötigen sie beide etwa eine dreiviertel Stunde pro Tag. Die Tochter besucht in Gießen die Schule und versorgt sich mittags selbst. Die monatliche Belastung für die Wohnung liegt bei etwa 800 €, das Haushaltsnettoeinkommen zwischen 3000 und 3500 €.

##### LEITBILD EINER NACHHALTIGEN ERNÄHRUNG

Die Ernährungsweisen und auch der Zugang zu nachhaltiger Ernährung unterscheiden sich bei den einzelnen Haushaltsmitgliedern voneinander. Für Frau F steht Gesundheit, Schlankheit und Leistungsfähigkeit im Mittelpunkt ihres Ernährungskonzepts: „Also, ich habe einen hohen Anspruch an Ernährung, dass es eben viel Frisches ist, Obst und Gemüse. Es ist immer Obst da, frisches Obst und ich kauf nur frisches Gemüse“ (47). Sowohl die Frische als auch die Bioqualität ist für sie auch aus geschmacklichen Gründen wichtig. „Also mir schmeckt kein Tütenessen. Auch deswegen mach ich alles frisch“ (25). „Ich versuch es immer wieder, es gibt ja inzwischen auch Bio-Tiefkühlgemüse [...] und wenn's mal super eng ist mit der Zeit [...], dann schnapp ich mir mal so 'ne Tüte aber es schmeckt einfach nicht“ (192). „Inzwischen ist es auch eine Geschmackssache, dass es mir einfach nicht mehr schmeckt, das andere (*konventionelle, Anm. d. Verf.*) Gemüse“ (88). Auch fettarme Zubereitung ist ein wichtiges Thema für Frau F: „Ich koche halt mit sehr, sehr wenig Fett und ich hab auch die Pfannen, wo man wenig Fett braucht“ (307). Gesundheitliche Aspekte sind bei Herrn F dagegen eher untergeordnet. Er und die Tochter essen regelmäßig Fertigprodukte wie Pizzen oder Tütensuppen. Sie nennen hierfür in erster Linie zeitraumliche Gründe – Essen hat für sie auch nicht den Stellenwert, den es für Frau F hat. Allerdings spielt auch für Herrn F die Nachhaltigkeit bei der Ernährung durchaus eine Rolle; hier wird er von anderen Wertorientierungen geleitet als Frau F. So ist er seit etwa acht Jahren aus tierethischen

Gründen Vegetarier: „Das war damals, [...] wo BSE anfang und in Niedersachsen die Schweinepest war, und dann hab ich abends den Fernseher angemacht in den Nachrichten und nur noch Schweine gesehen, die irgendwo verbrannt wurden [...] Und dann hab ich ... dann war's aus. Ich ess kein Fleisch mehr“ (126). Er sagt, dass er sich vor dem Zusammenleben mit Frau F eher ungesund ernährt hat. „Für einen Vegetarier bin ich sonst relativ ernährungsunbewusst [...] Das kommt natürlich ganz gut, dass sie oft frisch kocht und so, sonst wär meine Ernährung wahrscheinlich katastrophal“ (116ff.). Frau F und ihre Tochter essen beide Fleisch und bereiten sich dieses auch öfter zu, aus tierethischen Erwägungen kaufen sie alle tierischen Produkte aus artgerechter Haltung. „Und ja, die Eier, politisch ökologisch korrekt“ (47) Also, wir würden jetzt nie Legebatterie-Eier kaufen, also, dass sie irgendwie frei rumlaufen. Und da sag ich auch, ich muss so'n Ei dann auch nicht zum Frühstück haben, dann lass' ich's eher. [...] Also ich würd' jetzt nie bei Aldi Eier kaufen oder auch Fleisch“ (396). Fleischpakete werden geliefert [...] Naturlandfleisch. (444). Ein wichtiges Thema für Herr F ist die gentechnische Veränderung von Lebensmitteln: „Das ist das, wo ich eher mal gucke und lese. Das ist so eine Sache, da kann ich überhaupt nicht mit. [...] Wo ich sonst Maggie und Knorr in mich reinfuttern, aber wenn die anfangen, das Zeug gentechnisch zu verändern, [...] da würd's mir vergehen“ (309).

Soziale, politische Aspekte der Ernährungsweise kommen sowohl bei Frau F als auch bei Herrn F zum Tragen. So kaufen beide gern in einem Naturkostladen mit sozialem *Zusatznutzen* ein. Fr. F: „... von dem Konzept her, [...] weil's einfach für seelisch Behinderte ist die Einrichtung, ich find das klappt gut und wenn's dann darum geht, auch wirklich jetzt so große Sachen zu kaufen, versuch ich's auch immer dort zu holen, damit wir die auch unterstützen können“ (58). „Also auch der Grund, weswegen ich sage, ich kaufe die Sachen nicht beim toom, ich will die unterstützen, die auch wirklich die kleinen Gärtnereien haben“ (429). Auch Herr F zieht aus sozialen Erwägungen Naturkostläden den Bio-Ecken in Supermärkten vor: „...nicht das Füllhorn-Zeug vom Rewe, weil ich eher denke, dass die damit den Markt sogar kaputt machen auf die Dauer. [...] Irgendwann werden wir wahrscheinlich nur noch große Läden haben die auch Bio-Produkte verkaufen, die Kleinen werden eingehen, aber es ist dann schon problematisch“ (430ff.). Der Tochter sind noch andere Unterschiede zwischen großen und kleinen Läden wichtig: „Der Laden bei uns um die Ecke, das war so schön. Wenn du da rein kommst und die kennen dich, dann geht's ‚Hallo, wie war denn die Schule so‘, also in kleinen Läden da ist es einfach viel schöner [...] Und bei toom: ‚mit Karte zahlen oder bar‘ “ (434).

Der hohe Stellenwert, den Frau F der gesunden Ernährung beimisst, ist nicht zuletzt auf ihre Herkunftsfamilie zurückzuführen. „Also, es ist so, dass ich aus `nem relativ ernährungsbewussten Haushalt komme und das also wirklich schon in der dritten Generation. Meine Großmutter hat schon im Krieg in Reformhäusern eingekauft und hat auch schon da ganz wenig Fleisch gegessen: Und auch meine Urgroßmutter und meine Mutter haben im Reformhaus

eingekauft. Die haben immer Vollkornbrot schon gehabt. Das gab's damals nur im Reformhaus. Und meine Oma hat immer sehr extreme Ernährungsweisen gehabt. Die hat sich dann immer an irgendjemand angelehnt [...] die hat auch eine zeitlang nichts Rohes mehr gegessen, hat sogar den Salat überbrüht. Sie hat immer dann so geschwankt und dann mal dieses nicht und mal diese nicht... Sie hat also wirklich alles was es so gab seit 1950 an Ernährungsgurus, die hat alles durchgemacht. Das hat mich so angereizt (140). Frau Fs Ernährungssozialisation war stark geprägt von Vollwerternährung „Es gab immer auch schon Vollkornreis, ich kannte gar keinen geschälten Reis. [...] Und meine Mutter hat auch nie Fertigessen gemacht, sondern wirklich auch alles frisch..., sie war immer auch berufstätig und hat was im Garten angebaut. [...] da gab's einfach immer frische Sachen. Ich bin das einfach so gewohnt, so richtig viel Gemüse. [...] Wenig Fleisch, es gab einmal oder zweimal die Woche Fleisch und dazu also ganz, ganz viel Gemüse oder Suppen und von daher ist einfach dieses Bewusstsein einfach auf die Ernährung zu achten schon da gewesen“ (144). Sie sagt auch, dass sie schon immer gern Gemüse und Salat gegessen hat. Die Entwicklung ihrer Geschwister ging in eine etwas andere Richtung. So hat Ernährung für ihren Bruder keinen hohen Stellenwert und die Ernährungsweise ihrer Schwester beschreibt sie als eher fleisch- und fettlastig und wenig gesund.

Herr Fs Prägung durch die Herkunftsfamilie war etwas anders: „Damals war's eigentlich noch relativ üblich bei uns in der Gegend, dass man Landwirtschaft hat. Wir hatten also noch Kühe und Schweine im Stall [...] Stallkaninchen, eigene Hühner... Als ich noch Kind war, war die Familie mehr oder weniger Selbstversorger, es wurde echt wenig dazugekauft. Es gab'n Gemüsegarten mit Salat. Es war wirklich von daher ne relativ gesunde Sache als wir Kinder waren. Allerdings hat meine Mutter dann im Prinzip alles was die Moderne mitgebracht hat an Ernährung mitgemacht. Also wurd's immer schlechter, Maggie und Knorr kam auf und wurde genutzt...“ (161). „Von daher gehör ich natürlich auch zu den Menschen, die fast alles essen“ (169).

Die Geburt der Tochter hat Frau Fs bewusste Auseinandersetzung mit der Qualität der Ernährung deutlich verstärkt. Sie berichtet, phasenweise sehr dogmatisch und ängstlich gewesen zu sein. „Ich war früher extremer, als sie Kleinkind war, hab` ich überhaupt keinen weißen Zucker gegessen und kein Weißmehl und hab' nur Biowaschmittel genommen“ (250). „Ich hab, als sie auf die Welt kam überhaupt kein Fleisch mehr gegessen [...] da war wirklich alles so, ja diese Sorge auf einmal was soll das alles werden mit der Zukunft und die ganze Umweltproblematik vor allem auch [...] Es war aber auch die Zeit – meine Tochter ist `88 geboren, auch diese Zeit, wo es darum ging [...] können Mütter überhaupt noch Kinder stillen“ (275ff.). Inzwischen ist sie aber entspannter im Umgang mit den selbstaufgelegten Regeln und tolerant gegenüber der Tochter. „Es ist so, dass ich einfach für mich meine Vorstellungen hab, was gute Ernährung ist, aber sie muss auch nicht essen, was ihr nicht schmeckt“ (398).

Die Ernährung hat vor allem bei Frau F insgesamt eine hohe Priorität. Verglichen mit anderen Lebensbereichen ist sie bereit, Zeit und Energie für die gewünschte



Ernährungsweise zu investieren. Aber auch in anderen Lebensbereichen spielen ökologische und gesundheitliche Aspekte eine Rolle. So achten sie zum Beispiel auf energiesparende Haushaltsgeräte und energiesparende Nutzung, auf gesundheits- und umweltverträgliche Farben und Lacke, Müllvermeidung. Sport spielt für beide eine große Rolle.

#### ERNÄHRUNGSALLTAG, UMSETZUNG DES LEITBILDS UND HAUSHALTSORGANISATION

In der Woche wird kein gemeinsames Frühstück eingenommen. Die Tochter muss als erste das Haus verlassen und frühstückt auch als erste. Frau F bezeichnet sich als „Nicht-Frühstückerin“ isst nur aus Vernunft einen Toast. Herr F trinkt morgens nur Kaffee und frühstückt gar nicht. An den Wochenenden gibt es jedoch mindestens einmal ein ausgiebiges Familienfrühstück. Für die Verpflegung während der Arbeit nimmt sich Frau F von zu Hause Brot und Gemüse mit, Herr F nimmt sich auch manchmal etwas mit, versorgt sich aber auch öfter unterwegs; geht in die Mensa oder kauft sich etwas beim Bäcker. Die Tochter versorgt sich mittags nach der Schule meist mit schnell zubereiteten Fertigprodukten selbst, was ihr zurzeit gar nicht so gefällt. „'ne Zeitlang hat mir das eigentlich überhaupt nichts ausgemacht [...] da bin ich halt mittags nach Hause gekommen, Wasser aufgesetzt, aufgewärmt, das Fertigzeug reintun... [...] Ich weiß nicht woran's liegt, aber irgendwie stört's mich in letzter Zeit schon ziemlich. [...] Ich mach dann die Schublade auf, guck mir das so an und denk dann so, nee, überhaupt keine Lust, schmeckt bestimmt nicht so“ (410ff.). „Aber ich hab halt keine Lust, wenn ich dann sechs Stunden hatte und nach Hause komme, hab ich halt keine Lust mehr mir was zu kochen und hol dann meist so Tüten raus“ (219). Einen großen Stellenwert hat das Abendessen, dies ist eine feste, gemeinsame Größe der Familie. Es findet relativ spät statt, da Frau und Herr F abends regelmäßig Sport treiben. Auch die 15jährige Tochter fordert die frisch zubereitete Abendmahlzeit mit Gemüse oder Salat ein. „Dann ist die Erwartung abends. Wenn ich sag, ach komm, lass uns doch mal ein Brot essen“, sagt sie dann schon „ach Mama, ich will doch was Gesundes essen“ (220). Frau F kocht regelmäßig: „Wenn ich richtig fit bin und gesund, dann koch ich schon jeden Abend“ (207).

Das gemeinsame abendliche Essen wird inzwischen immer von ihr zubereitet, was aber im Interesse beider liegt, da Frau F mit den Ergebnissen von Herr Fs Kocheinsätzen nicht zufrieden war: „Er ist nicht so der Genießer. Ihm kommt's schon so auf die Masse an. Er sieht ein Rezept und dann stellt er sofort fest, dass er davon niemals satt werden wird. Aber dann bei Zutaten weigert er sich auch Waagen oder sonst so was zu benutzen, so dass das Ergebnis, dass dann auf dem Teller landet schon dann zu Konflikten führt, so dass ich mich dann wirklich geweigert hab' das zu essen. Also er hat dann auch mehrmals gekocht und ich hab' dann gesagt: Nee, tut mir leid“ (507). Und er sagt selber: „Wenn ich koche, dann schmeckt's net. Das ist bewiesen, deshalb koch ich nicht mehr“ (489). Dafür gibt es andere Arrangements der

Arbeitsteilung: „Ich koche und er ist dabei wenn's darum geht, wenn's irgendwas zu schnibbeln, zu raspeln oder zu schälen gibt. Dann sag ich ‚hier schäl das‘ oder ‚Käse bitte einmal klein reiben‘. Und dann darf ich die Küche in einem wunderbaren Chaos hinterlassen, dann leg' ich mich auf die Couch oder trink' Kaffee oder Weinchen und wenn ich dann 20 Minuten später in die Küche komm ist alles...“ (508).

Auch die anderen anfallenden Arbeiten der Alltagsversorgung werden von allen gemeinsam übernommen. Es gibt dabei eine relativ klare Arbeitsteilung. Herr F erledigt einen Großteil der Einkäufe, Frau F kauft aber Obst und Gemüse, da sie dies gern macht und am liebsten selbst auswählt. „Einkaufen ist für mich was ganz wichtiges, etwas Sinnbringendes. Er kauft ganz anders ein als ich. [...] Ich find's einfach toll, vorm Obst und Gemüse zu stehen und zu schauen, mmhm, was gibt's denn da für Sorten. Ich brauch ewig lang zum einkaufen. Wir kaufen auch immer getrennt ein, weil er da auch keine Geduld aufbringt [...] Mir macht das einfach richtig Spaß und das ist schön, wenn man sich so richtig den Korb voll packen kann. Das ist ein richtiges Einkaufserlebnis“ (438) Um mehr Ruhe und Freizeit zu haben, ist für Putz- und Reinigungsarbeiten eine Haushaltshilfe eingestellt. Die Organisation der Haushaltsarbeiten wird weitgehend von Frau F übernommen. Am Haus befindet sich ein kleiner Gemüsegarten, den Frau F bewirtschaftet. Die Gartenarbeit empfindet sie allerdings nicht als Arbeit, sondern als Erholung.

Die Partner akzeptieren ihre Ernährungsweisen gegenseitig. Der Einfluss von Frau F ist jedoch bei der Gestaltung der familiären Ernährungsweise am größten, da sie der Ernährung am meisten Bedeutung beimisst und die regelmäßigen Familienmahlzeiten kocht. Herr F hat Frau Fs Prioritätensetzung bei der Ernährung zu Teilen auch mit übernommen: Fr. F „Als ich ihn kennen gelernt hab', hab' ich das einfach irgendwie als Standard gesetzt und das war für ihn auch o.k. [...] da gab's überhaupt keine Diskussion. [...] Von daher hat er sich einfach so eingeklinkt bei mir. Also, du hast deine Ernährung einfach um 180 Grad gedreht“ (108). Von Konflikten in Bezug auf eine gemeinsame Ernährungsweise haben beide nichts berichtet. Gerade für Frau F wird aber Umsetzung ihres Ernährungsleitbilds auch gelegentlich als Stress empfunden: „Also, momentan ist es einfach manchmal richtig stressig, wenn man von der Arbeit spät heimkommt [...] dass man einfach nicht mehr so richtig viel Ruhe hat was zu machen oder [...] in Ruhe zum Essen kommt“ (287). Sie sieht aber auch eine der Stress-Ursachen darin, dass sie in der Planung nicht so organisiert ist: „Ich wünsch mir, sich mehr zu organisieren. Ich bin dann halt auch so, dass ich dann irgendwie in der Stadt bin und dann vergesse ich dann dieses oder jenes einzukaufen und ich bin dann einfach doch eher so'n chaotisches Wesen und das würde ich mir wünschen, einfach zu sagen: ‚ich brauch' jetzt das und das und dann komm ich nach Hause und dann koch ich' “ (305).

Die Grundnahrungsmittel wie Brot, Gemüse, Kartoffeln, Fleisch, Eier und Milch werden in den meisten Fällen aus ökologischer Produktion eingekauft, möglichst saisonal und regional erzeugt. Aus zeitrationellen, organisatorischen oder finanziellen Erwägungen werden aber gelegentlich auch schon mal Abstriche gemacht. Hr. F „Milch kommt ab und zu mal aus dem Rewe [...] Wenn ich mit dem Fahrrad fahr, ist es ungünstig, dann ist es mit der Bio-Milch schwierig. Die wird leicht sauer bei dem Wetter“ (97ff.). „Wenn wir grad’ nicht bei Ökotopia vorbeikommen, dann kaufen wir schon mal’n Brot beim Bäcker. Aber das ist selten“ (89). Um die Bio-Produkte etwas günstiger zu bekommen, suchen sie zum Teil auch nach anderen Bezugsquellen, wie zum Beispiel Sammelbestellungen oder Direktvermarkter. Finanzielle Aspekte stehen nicht im Vordergrund, sind aber auch nicht ganz unwichtig. Hr. F „Es gibt Sachen, da sind wir bereit, mehr zu zahlen. Also wenn’s ums Essen geht oder ums Kaffee kaufen. Da nehmen wir schon den fair gehandelten. Aber es hat auch schon seine Grenzen, ja“ (256). „Wir versuchen, nicht bei Lebensmitteln zu sparen. [...] Lebensmittel sind einfach Grundlage, egal, was es kostet. Wenn wir die Sorte haben wollen, dann müssen wir’s zahlen, ja. Es ist schon klar, dass es aber auch Dinge gibt, die wir bei Aldi oder Lidl einkaufen wegen dem Preis, so sind wir da nicht.“ (440) Fr. F: „Wir geben super viel für Ernährung aus. Wenn ich im Naturkostladen ein Steak kaufe oder an der Wursttheke, und es kosten dann 4 oder 5 Salamischeiben 2 €, dann fang sogar ich an zu schlucken. Da bin ich froh, dass ich diesen Naturlandhof aufgetan habe“ (442). Frau F berichtet aus ihrer Studienzeit, dass sie sich trotz knappen Budgets weitgehend von Bioprodukten ernährt hat, da es ihr so wichtig war. Dafür hat sie auf andere Dinge verzichtet.

Beide Partner verfolgen in den Bereichen *Ernährung* und *Lebensmittelsicherheit* aufmerksam die öffentliche Diskussion in der Tageszeitung. Auch im sozialen Umfeld ist ökologische und gesunde Ernährung durchaus von Bedeutung und Gegenstand von Gesprächen.

#### CHARAKTERISTISCHES KURZPROFIL DER NACHHALTIGEN ERNÄHRUNGSWEISE VON FAMILIE F

Beim familiären Ernährungsstil von Familie F spielen sowohl ökologische als auch gesundheitliche Aspekte eine Rolle. Für die Gestaltung der gemeinsamen Mahlzeiten setzt Frau F die Maßstäbe und übernimmt auch die Zubereitung. Neben dem Familienernährungsstil, der sich in erster Linie über das meistens gemeinsame Abendessen und die Wochenendmahlzeiten konstituiert, haben jedoch alle drei Haushaltsmitglieder einen durch individuelle Rahmenbedingungen und Prioritätensetzungen geprägten eigenen Ernährungsstil. Frau F nennt mehrere Gründe, die bei ihr zu einer Sensibilisierung für nachhaltige Ernährungsweisen geführt haben. So ist sie durch Erfahrungen im Elternhaus geprägt, sieht aber sowohl die politische Sozialisation Ende der 1980er Jahre als auch die Geburt ihrer Tochter als

ausschlaggebend an. Herr F ist aus tierethischen Erwägungen Vegetarier und teilt die ökologischen und sozialen Wertorientierungen mit Frau F. Gesundheitliche Aspekte sind für ihn nicht von Bedeutung, weswegen die Ernährung in seiner Alltagsgestaltung nicht so einen zentralen Stellenwert einnimmt wie bei Frau F.

#### ABSTRAHIERTE AUSWERTUNG NACH BEDINGUNGEN, STRATEGIEN UND KONSEQUENZEN DER NACHHALTIGEN ERNÄHRUNGSWEISE

##### **Bedingungen – Logik der Selektion**

###### *URSÄCHLICHE BEDINGUNGEN:*

- Erfahrungen aus dem Elternhaus bei beiden – in unterschiedlicher Ausprägung
- prägende Zeit der Ernährungssozialisation Ende der 1980er Jahre
- grundlegende Wertorientierungen für nachhaltige Aspekte bei beiden Partnern
- hohe Prioritätensetzung für gute Ernährung bei Frau F, Spaß am Kochen und am Gemüseanbau

###### *INTERVENIERENDE BEDINGUNGEN*

- zu wenig Zeit und Muße zum täglichen Kochen
- bei Herrn F und der Tochter: keine handlungsleitende Prioritätensetzung für Ernährung
- Angebot passender institutioneller Verpflegung für die Tochter

##### **Strategien – Logik der Situation**

- Prioritätensetzung für frisch gekochte Mahlzeiten und ökologische Produkte
- klare Arbeitsteilungsmuster bei der Beköstigungsarbeit (Frau F plant und kocht, die Tochter und Herr F räumen auf)

##### **Konsequenzen – Logik der Aggregation**

- regelmäßige gemeinsame, nachhaltige Familienmahlzeit am Abend
- Frau F nimmt den Stress auf sich, fast jeden Abend für die Familie zu kochen

#### **Familie G: „Wir haben so 'ne Regelung, dass der Positivere den Weg vorgibt.“**

###### SOZIODEMOGRAPHISCHE DATEN

Frau und Herr G (beide 28) leben mit ihrem 7-jährigen Sohn in Gießen. Herr G hat vor kurzem sein Ingenieurstudium abgeschlossen und eine Stelle in Südhessen angetreten.

Er arbeitet 40 Wochenstunden, dazu kommen jeden Tag 2,5 Stunden Fahrzeit. Frau G bereitet sich gerade auf die letzte Prüfung ihres Medizinstudiums vor. Der Sohn geht in die Grundschule und besucht danach einen Hort. Sie leben in einer 78 m<sup>2</sup> großen Wohnung, für die sie insgesamt 600 € bezahlen. Das Haushaltsnettoeinkommen liegt zwischen 2500 und 3000 €.

#### LEITBILD EINER NACHHALTIGEN ERNÄHRUNG

Bei Familie G spielen mehrere Aspekte einer nachhaltigen Ernährung eine Rolle. Besonders betont Frau G die gesundheitliche und die ökologische Dimension der Ernährung: „Ich denke, dass es gesünder ist, dass es für den Körper einfach besser ist. Und dass es aus politischen, ökologischen Gründen sinnvoll für mich ist“ (83). Frau G ist durch ihre sehr viel älteren Geschwister mit alternativen Ernährungsformen in Berührung gekommen und ist schon seit ihrem 12. Lebensjahr Vegetarierin. „Das Interesse kam sicherlich durch meine Familie oder durch meine Geschwister, meine Mutter auch, dass die in dieser Richtung immer schon viel gelesen haben. Ich hab dann auch seit ich zwölf war kein Fleisch mehr gegessen und hab mich dann mit dem Thema *Massentierhaltung* auseinander gesetzt“ (56). Bei ihrer Mutter kam der Zugang zum Thema *Ernährung* aus gesundheitlichen Gründen, sie hat in der Familie die Ernährungsweise umgestellt. Ihr Vater hat jedoch wenig Verständnis gezeigt, oft gibt es zwei Essen. Herr G hat sich in der Schulzeit für ökologische Fragen interessiert, die alltagspraktische Verknüpfung mit der Ernährung begann durch das Zusammenleben mit Frau G. „Als wir dann zusammen gewohnt haben, haben wir schon oft im Naturkostladen eingekauft. Also Brot und Milch auf jeden Fall“ (71). Die *klassische* Vollwerternährung mit Vollkornprodukten mag er aber nicht so sehr. „Ökologisch schon, aber nicht Vollwert unbedingt. Also, mir schmeckt's einfach nicht auf Dauer. Auch das Vollkornbrot – so gern ich das mal mag, aber es kommt mir irgendwann aus den Ohren raus. Dann freu ich mich, wenn ich samstags die weißen Brötchen holen kann“ (8). Bei beiden war die Schwangerschaft und die Geburt des Sohnes ein Anlass, sich intensiver mit der gesundheitlichen Qualität von Ernährung auseinander zu setzen. Hr. G: „Bei unserem Sohn war's mir dann schon wichtig, dass der ökologisches Obst kriegt“ (49).

#### ERNÄHRUNGSALLTAG, UMSETZUNG DES LEITBILDS UND HAUSHALTSORGANISATION

In der Woche beginnt der Tag in der Regel mit einem gemeinsamen Frühstück. Der Sohn bekommt sein Mittagessen im Hort. Mit seiner Verpflegung sind sie zufrieden. „Wir haben uns auch im Hort sehr gefreut, [...] dass sie sich bei der Essenslieferung zur Auflage machen, dass die vorgeschriebenen Grenzwerte um die Hälfte unterschritten werden“ (49). Sie engagieren sich im Elternbeirat für gesunde Ernährung in den Gruppen. Herr G isst ebenfalls nicht zu Hause, und Frau G kocht sich manchmal etwas für sich. Abends gibt es in der Woche

meist Brot, am Wochenende wird oft gemeinsam gekocht. Das gemeinsame Kochen macht allen Spaß. Die Grundnahrungsmittel wie Brot, Obst, Gemüse, Milch, Eier und Fleisch/-waren kaufen sie in der Regel aus ökologischem Anbau; allerdings war der Anteil in der letzten Zeit, wo es finanziell sehr eng war, zurückgegangen. In weiten Teilen sind sich beide Partner einig, was die Gestaltung der familialen Ernährungsweise angeht. „Ich denke, wir ergänzen uns einfach ganz gut“ (188). Für beide ist das Thema wichtig, und sie tauschen sich auch regelmäßig darüber aus. In strittigen Fällen haben sie einen klaren Lösungsansatz. Herr G berichtet: „Wir haben so 'ne Regelung eigentlich, dass der Positivere immer den Weg angibt und so ergänzen wir uns schon. Z. B. hab ich für mich Kakao gekauft, wir verstecken ihn dann. Oder ich sag: Wenn das Kind isst, dann setzen wir uns dazu“ (188). Frau G bestätigt die weitgehende Übereinstimmung und nennt nur einen Punkt: „Ich denke, im Großen und Ganzen ist das o. k., also, ich find', dass er 'n bisschen mehr drauf achtet, was dem Kind hier vorgelebt wird“ (187). Frau G. erwähnt einen unterschiedlichen Umgang mit Geld, den Herr G so beschreibt: „Ich kauf gern eher teurer ein und sie eher günstiger“ (32). Noch vor kurzer Zeit war der finanzielle Spielraum sehr eng gesteckt, was Frau G davon abgehalten hat, vieles im Naturkostladen einzukaufen: „Wenn wir Geld hätten, würd ich auch gern teurer einkaufen. Aber er achtet da nicht drauf und ich schon“ (32). Ernährung hat jedoch eine sehr hohe Priorität in der Lebensgestaltung – um etwas mehr Geld für hochwertige Lebensmittel zu haben oder auch öfter mal Essen zu gehen, verzichten sie zum Beispiel eher auf den Urlaub. Herr G sagt „Also, ich würd immer mehr Wert aufs Essen legen. [...] Ich gebe lieber mehr Geld im Alltag aus und auch abends mal Essen gehen, als jetzt ständig das Urlaubsprogramm zu fahren“ (135).

Die Haushaltsorganisation haben sich Frau und Herr G partnerschaftlich aufgeteilt. Beide übernehmen jeweils die Aufgaben, die sie gern machen, anderes wird aufgeteilt: „... also grad spülen, das war gemeinsam, bevor wir die Spülmaschine hatten. Abwechselnd, weil 's einfach zu nervig ist. Und so ist es auch mit dem Bad putzen, also was keiner gerne macht, da wechseln wir uns ab. Sie wäscht halt wirklich gerne, [...] und ich kümmer mich halt gerne um Garten, Möbel oder Auto, eben so, was draußen ist, reparieren... Teilweise 'n bisschen klassisch und da wo es einen annervt, da wechseln wir uns ab“ (74). Auch um das Einkaufen kümmern sich beide. Als beide studierten und noch relativ viel Zeit zu Hause verbrachten, war auch die Zuständigkeit für den Sohn gleichmäßig verteilt. Dies haben sie als optimal empfunden. Momentan ist dies eher Frau Gs Part. Für die Zukunft wünschen sich beide eine 2/3-Stelle, was Spielraum für mehr gemeinsame Zeit gibt und eine gleichmäßige Aufteilung von Verantwortung und die Erfüllung weiterer Kinderwünsche ermöglicht. Herr G bedauert: „Ich fühle mich bei der Firma unheimlich wohl. Die bieten aber nur 40-Stunden-Verträge an [...] Also, wenn es da mal was anderes gäb', würd ich auf jeden Fall weniger arbeiten wollen. Ja, prinzipiell wären wir schon gerne beide viel zusammen, auch mit Familie. Wir hätten eigentlich

gerne noch 'n paar Kinder ...“ (123). Auch der Bereich der Ernährung spielt bei diesem Wunsch eine Rolle. Fr. G: „Zeit zum Kochen, anders zusammen zu planen... Ich würde sehr gern mit meinem Mann zusammen kochen, dass wir auch manchmal gemeinsam einkaufen gehen. Das find ich schon sehr schön, wie du ja auch. Das ist im Moment einfach nicht zu realisieren“ (128). Auch Frau Gs berufliche Pläne lassen in den nächsten Jahren wenig Spielraum zu. „Ich würd´ schon gern auch mal halbtags arbeiten oder dann auch in der Praxis, [...] wo ich mir das selbst einteilen kann. Aber es ist halt noch lange bis dahin. Bis ich die Facharztausbildung hab ... Das wär schon super, wenn das mit der 2/3-ÄiP-Stelle klappt“ (131).

Im sozialen Umfeld sehen sie sich mit ihrer Ernährungsweise und dem Interesse für ökologische Produkte eher als Außenseiter. Frau G berichtet von spöttischen Reaktionen und Rechtfertigungsdruck für ihre vegetarische Lebensweise im Freundeskreis. „Das kommt schon zu Diskussionen, [...] weil das so gegensätzlich ist. Also, er hat 'n Metzgerssohn als Freund, und der kann 's gar nicht verstehen, dass ich kein Fleisch esse. Für ihn ist das das Größte. [...] Oder wenn wir uns ständig in der Mensa an der Salattheke anstellen, dann kommt da irgendein Spruch“ (210).

#### CHARAKTERISTISCHES KURZPROFIL DER NACHHALTIGEN ERNÄHRUNGSWEISE VON FAMILIE G

Die Impulse für eine nachhaltige Ernährungsweise der Familie kamen ursprünglich von Frau G, trafen bei ihrem Mann aber auf entsprechende Wertorientierungen. Es sind sowohl ökologische als auch gesundheitliche Faktoren von Bedeutung. Die Geburt des Kindes hat bei der Umstellung des Ernährungsstils eine wichtige Rolle gespielt, auch wenn Frau G schon in ihrer Herkunftsfamilie nachhaltige Ernährungsweisen kennen gelernt hat. Das Arbeitsteilungskonzept war bisher sehr partnerschaftlich, auch die Verantwortung für die Ernährungsversorgung haben beide – mit etwas unterschiedlicher Schwerpunktsetzung – übernommen. Dies hat sich durch die Vollzeit-Berufstätigkeit von Herrn G aber gerade verschoben. Durch die Mittagsverpflegung außer Haus von Vater und Sohn formiert sich die Familienernährungsweise im gemeinsamen Abendessen und den Wochenendmahlzeiten. Bei ihrer individuellen Ernährungsweise verfolgen beide Partner jedoch weitgehend ähnliche Wertmuster.

#### ABSTRAHIERTE AUSWERTUNG NACH BEDINGUNGEN, STRATEGIEN UND KONSEQUENZEN DER NACHHALTIGEN ERNÄHRUNGSWEISE

##### **Bedingungen – Logik der Selektion**

###### *URSÄCHLICHE BEDINGUNGEN:*

- Erfahrungen von Frau G in ihrem Herkunftshaushalt

- ökologisches Interesse bei Herrn G schon in der Schulzeit, Sensibilisierung für nachhaltige Ernährung durch Frau G
- Geburt des Sohnes
- klare Prioritätensetzung für Ernährung

#### *INTERVENIERENDE BEDINGUNGEN:*

- wenig Zeit und momentan keine Aussicht auf eine baldige Veränderung der Situation
- bis vor kurzem auch knappe finanzielle Ressourcen

#### **Strategien – Logik der Situation:**

- weitgehende Zufriedenheit mit der Ernährungssituation der Familie
- Zur Arbeitsteilung: Jeder das, was er gerne macht, alles weitere wird aufgeteilt, für strittige Entscheidungen gilt: Der Positivere gibt den Weg vor.

#### **Konsequenzen – Logik der Aggregation:**

- Wunsch nach mehr Familienzeit, gerade auch für gemeinsame Mahlzeiten

### **Familie H: „Das ist eher so ein Mix aus allem.“**

#### SOZIODEMOGRAPHISCHE DATEN

Frau H (36) und Herr H (38) leben mit ihrem 8-jährigen Sohn in Gießen. Beide sind als Teilzeitkräfte berufstätig, Frau H arbeitet 25 Wochenstunden als Sozialpädagogin im Landkreis Gießen und Herr H 19,5 Wochenstunden als Umweltwissenschaftler im öffentlichen Dienst in Frankfurt. Er arbeitet an drei Tagen in der Woche und hat pro Tag etwa 1,5 Stunden Fahrtzeit. Frau H kann ihre Arbeitszeit weitgehend flexibel selbst gestalten. Die Wohnung der Familie ist 85 m<sup>2</sup> groß und liegt sehr zentral in der Stadt. Es gibt keinen Garten. Die monatlichen Belastungen für Wohnen samt Nebenkosten betragen etwa 600 €. Das Haushaltsnettoeinkommen liegt zwischen 1500 und 2000 €.

#### LEITBILD EINER NACHHALTIGEN ERNÄHRUNG

Im Ernährungskonzept von Herrn und Frau H spielen alle Determinanten einer nachhaltigen Ernährung etwa gleichgewichtig eine Rolle. „Das ist eher so ein Mix aus allem“ (66) sagt Herr H auf die Frage nach seiner Prioritätensetzung. Das Konzept der Vollwerternährung nach Bruker ist ein Orientierungspunkt, aber auch: „... ökologische und soziale Überlegungen. Die Philosophie, die dahinter steckt – dass man sich schon überlegen sollte, wem man sein Geld gibt. Also nicht nur eine Konsumorientierung oder Bedürfnisbefriedigung, sondern auch, dass man die richtige Landwirtschaft unterstützt. Da hängt ja auch das Riesenwort



Nachhaltigkeit dran. Auch soziale Faktoren – dass man auch im Dritte-Welt-Laden einkauft“ (70). Herr H hat durch seine Mutter und ältere Geschwister die Lehren Brukers kennen gelernt und sich schon mit achtzehn dafür interessiert. Seine Mutter ist durch gesundheitliche Probleme auf Bruker gestoßen. Zunächst standen auch bei ihm gesundheitliche Faktoren im Vordergrund, bald spielten aber auch ökologische und soziale Aspekte eine Rolle. In seinem beruflichen Werdegang war das ökologische Engagement ebenfalls prägend. Nach einer Ausbildung und Tätigkeit im landwirtschaftlichen Bereich folgte ein Studium der Umwelttechnik.

Frau H hat sich, bevor sie Herrn H kennen lernte, über ihre Ernährung keine Gedanken gemacht und wie sie sagt, das *Normale* praktiziert. „Der Anstoß kam von ihm. Ich war früher überhaupt nicht so drauf, bevor ich ihn kannte. Da hab ich mir überhaupt keine Gedanken gemacht. Und er hat dann immer gesagt: Musst du jetzt Leberwurst essen – irgendwie fand er das ziemlich eklig. Und ich dachte: was ist denn mit dem los, das ist doch ganz normal (*lacht*) [...] und er hat dann immer mal erzählt, gerade Leberwurst wär ja das Allerletzte, weil da wär ja wirklich nur noch Dreck drin“ (109ff.). Gemeinsam haben sie dann beschlossen, kein Fleisch mehr zu essen und Lebensmittel aus dem ökologischen Landbau zu kaufen. Heute kaufen sie nur für ihren Sohn gelegentlich etwas Wurst im Naturkostladen, wenn er es sich wünscht. Frau H beschreibt den endgültigen Übergang ins vegetarische Leben: „Der allerletzte Ausschlag war eigentlich, weil man immer gehört hat beim Nachbarn wie die Ferkel abgeholt wurden. Das fand ich so schlimm, wie die geschrien haben in einer irren Angst. Und wenn ich dann auf mein Brötchen ... also ich konnt's dann irgendwann nicht mehr zusammen bringen. Und irgendwann haben wir dann gesagt, nichts mehr was Augen hat. [...] Hinzu kam, dass ich da gerade auch gestillt habe“ (113ff.). Während und nach der Stillzeit waren sie besonders konsequent in der Umsetzung einer vegetarischen und zuckerfreien Ernährung. Damals lebten sie in einem Dorf, und sind für die meisten Einkäufe 20 km in den nächsten Naturkostladen gefahren. Ihre Ernährungsweise haben sie dort als sehr ungewöhnlich erlebt. „Im Dorf, [...] da waren wir mehr so die Kuckuckseier. [...] da war's uns wirklich fast egal und wir haben dann mit dieser Exotenrolle gelebt. ‚Ist der Ruf erst ruiniert‘ – gerade dann“ (210).

In ihrem jetzigen sozialen Umfeld ist die nachhaltige Ernährungsweise kein besonderes Thema – weder, dass es besonders auffällt noch dass es Gesprächsstoff liefern würde. Gerade Frau H hat inzwischen aber eine eher gelassene Einstellung zur Umsetzung des Ernährungsleitbilds: „Es gibt so Momente, dann muss ich mal so einen Pudding von Aldi haben“ (200). Zur vegetarischen Ernährungsweise sagt Herr H: „Dieser Fleischverzicht ist nach wie vor wirklich Verzicht – trotz dieser langen Zeit. Gerade wenn ich nach Hause komme, diese Frikadellen von Muttern, oohh“ (100). Das Ernährungsleitbild hat sich über viele Jahre entwickelt, hat inzwischen den Status des Selbstverständlichen und steht wenig zur

Disposition. Auch in anderen Lebensbereichen wie zum Beispiel bei Kleidung und Mobilität spielen ökologische und soziale Aspekte eine wichtige Rolle.

#### ERNÄHRUNGSALLTAG, UMSETZUNG DES LEITBILDS UND HAUSHALTSORGANISATION

Ein gemeinsames Frühstück gibt es an den Wochentagen meist nicht. Herr H bereitet das Frühstück, meist Müsli mit Obst, für den Sohn vor, der sehr früh in die Schule muss. In dieser Zeit bekommt er von Frau H im Bett noch etwas vorgelesen. Herr H macht für sich selbst Frischkornmüsli, wovon er sich auch für den Tag etwas mitnimmt. Frau H frühstückt dann allein, meistens Brot. Mittags isst der Sohn im Hort, Frau H nimmt sich Brot und Obst von zu Hause mit. Abends essen sie meistens gemeinsam, wobei sie auch mal unterschiedliche Dinge essen. Frau H kocht oft abends: „Ich hab dann abends Hunger auf was Warmes, dann brutzel ich hier noch eine Kleinigkeit [...] wir essen dann gemeinsam. Eine gemeinsame Familienmahlzeit, aber je nach Lust. Also, manchmal will mein Mann dann nur Salat, aber ich, weil ich dann noch gar nichts Warmes hatte, habe oft richtig Hunger darauf. Und unser Sohn mag sehr gerne warm. Aber auch Brötchen, wenn es die gerade gibt. Halt nach Lust entscheidet er das“ (26ff.). Am Sonntag frühstückt die Familie ausgiebig mit Brötchen, Eiern und Extra-Leckereien und meistens gibt es am Wochenende auch noch mal eine gemeinsame warme Mahlzeit.

Es gibt keine ganz klare, im Voraus festgelegte Arbeitsteilung. Herr H und Frau H haben die Zuständigkeit für die Haushaltsorganisation und die Verantwortung für den Sohn aufgeteilt, was ohne große Reibungspunkte funktioniert. Die Koordination der Ernährungsversorgung liegt in erster Linie in der Hand von Herrn H; er erledigt auch den Großteil der Einkäufe. Das Kochen der Familienmahlzeiten wird etwas öfter von Frau H übernommen. „Das klassische Familienessen vielleicht ein bisschen mehr ich. Während er halt eher der Organisator ist, dass auch alles da ist“ (172). Herr H ist außerdem für Salate und die Aufzucht von Sprossen zuständig. Die Haushaltsorganisation ist nicht durch feste Rhythmen oder Arbeitsteilung geprägt. Für Einkäufe gibt es keine festen Tage, es wird eher nach Bedarf eingekauft. Es gibt jedoch eine relativ klare Regelung, was biologisch und was konventionell gekauft wird. Die Grundnahrungsmittel wie Brot, Kartoffeln, Gemüse, Obst, Müsli, Milch, Eier und Wurst kommen aus dem Naturkostladen bzw. von einem Direktvermarkter, einiges aus dem Weltladen und der Rest meist aus dem Discounter oder auch mal aus dem Supermarkt. Die einzigen Konflikte, die es zwischen Herrn und Frau H bezüglich der Ernährungsweise gibt, haben einen finanziellen Hintergrund. Fr. H: „Er hat viel eher so idealistische Vorstellungen und kauft viel eher als ich die Lebensmittel im Naturkostladen und ich sag dann immer, wir haben nicht genügend Geld und gehe zu Aldi. Also, ich kauf auch im Naturkostladen und er auch im Aldi, aber er eher dort und ich eher dort, also einfach aus finanziellen Erwägungen. [...] Ich würde sehr viel lieber dort kaufen und hätte

ein viel besseres Gefühl dabei, aber ich habe einfach finanzielle Bedenken. Das können wir uns aus meiner Sicht nicht leisten“ (62ff.). Hr. H: „Wir haben ja beide studiert, haben von der Hand in den Mund gelebt recht lange Zeit. Und das ist erst kürzlich, dass wir beide so im Berufsleben stehen. Da gab es schon Diskussionen darum, ich wollte immer eher in den Naturkostladen, also einfach eine andere Prioritätensetzung“ (196).

In der Ernährungserziehung ihres Sohnes sind sie sehr tolerant. Seine Ernährungswünsche werden berücksichtigt. „Also, wenn er so was äußert, eine Lust dadrauf, dann kaufen wir auch Wurst. Wir essen die dann eigentlich nicht, aber wenn er das möchte und sagt, dann kriegt er das auch“ (41). „Wir wollen da auch sehr behutsam sein, also unser biologisches Mainstream net irgendwie drüberstülpen. Also, das soll er schon selbst entscheiden“ (58). „Einmal denke ich, muss jeder selbst drauf kommen dürfen, und zum anderen, wie mit den Süßigkeiten, wenn man sie so scharf drauf macht, muss man sich nicht wundern, wenn sie sich draufstürzen“ (300). Sie berichten, dass sie mit der Ernährung des Sohnes sehr zufrieden sind. Er isst gern Obst und Gemüse, auch Sprossen und Vollkornbrot. Sein Süßigkeitenkonsum ist gemäßigt und es gibt keine Diskussionen um diesen Punkt. Auch mit der Mittagsverpflegung im Hort sind beide Eltern zufrieden. Diese wird von einem sozialen Projekt jeden Tag frisch gekocht, zum Teil mit ökologischen Zutaten aus eigenem Anbau.

#### CHARAKTERISTISCHES KURZPROFIL DER NACHHALTIGEN ERNÄHRUNGSWEISE VON FAMILIE H

Bei Familie H sind alle Dimensionen einer nachhaltigen Ernährungsweise im Leitbild vertreten. Die treibende Kraft und Initiator einer nachhaltigen Ausrichtung war Herr H, der alternative Ernährungsweisen schon in der Herkunftsfamilie kennen gelernt hat. Er übernimmt nach wie vor einen etwas größeren Teil der Ernährungsverantwortung bei der Versorgung der Familie. Frau H teilt seine Wertorientierungen, sieht aber eher die finanziellen Grenzen der Familie als Hindernis für die Umsetzung. Die sonstige Arbeitsteilung ist partnerschaftlich organisiert. Auch wenn sich ein familiäres Ernährungsleitbild identifizieren lässt, an dem sich beide Partner orientieren, unterscheiden sich die konkreten Ernährungsstile aufgrund verschiedener Bedürfnisse und alltagsorganisatorischer Strukturen zum Teil voneinander. Bei der Ernährung des Sohnes ist für beide Toleranz ein wichtiger Leitgedanke, da sie ihm nichts *aufdrücken* und keine Ablehnung gegenüber der von ihnen praktizierten Ernährungsweise provozieren möchten.

## ABSTRAHIERTE AUSWERTUNG NACH BEDINGUNGEN, STRATEGIEN UND KONSEQUENZEN DER NACHHALTIGEN ERNÄHRUNGSWEISE

### Bedingungen – Logik der Selektion

#### *URSÄCHLICHE BEDINGUNGEN:*

- Bei Herrn H Prägung durch die Mutter und Geschwister, er kennt die Vollwerternährung nach Bruker aus der Jugendzeit
- Stillzeit und Kleinkindzeit des Sohnes als Einschnitt: Verstärkt ökologische Produkte, Anfang konsequenter vegetarischer, zuckerfreier Ernährung
- Prioritätensetzung für Ernährung
- zufrieden stellende Versorgung des Sohnes im Hort

#### *INTERVENIERENDE BEDINGUNGEN:*

- knappe finanzielle Ressourcen

### Strategien – Logik der Situation:

- relativ klare Regeln, welche Produkte wo bzw. in welcher Qualität gekauft werden (bio oder konventionell)
- unterschiedliche Bedürfnisse und Vorlieben
- Toleranz gegenüber dem Sohn

### Konsequenzen – Logik der Aggregation

- weitgehende Zufriedenheit mit der Umsetzung ihres Ernährungsleitbildes
- gemeinsame Mahlzeiten, bei denen aber Unterschiedliches gegessen wird

## Familie I: „Ernährungsprojekt Erziehungszeit“

#### SOZIODEMOGRAPHISCHE DATEN

Frau (29) und Herr (31) I leben mit ihrem 3-jährigen Sohn und ihrer 3 Monate alten Tochter in Frankfurt. Frau I ist Sonderschullehrerin, nach der Geburt der Tochter aber zurzeit in Elternzeit. Herr I ist Gymnasiallehrer und hat seit Kurzem eine volle Stelle in einer Schule etwa eine halbe Stunde vom Wohnort entfernt. Das Haushaltsnettoeinkommen liegt etwa bei 3000 €, die monatliche Belastung für die 100 m<sup>2</sup> große Wohnung liegt bei 1100 €.

#### LEITBILD EINER NACHHALTIGEN ERNÄHRUNG

Bei Familie I stehen ökologische und soziale Aspekte der Ernährung im Vordergrund. Bei der Auswahl von Lebensmitteln ist die Regionalität der Produkte relevant, noch vor dem biologischen Anbau: Fr. I: „Wir versuchen schon Lebensmittel einzukaufen, die ökologisch angebaut sind, aber wir gucken auch drauf, dass sie aus der Region kommen. Wir kaufen eben nicht Honig aus Chile oder Äpfel aus Neuseeland [...] Wir versuchen, eine Mischung aus beidem zu finden“ (14). Hr. I: „Was uns beide an den ökologischen Sachen häufig nervt, ist Honig aus Chile, der über den Atlantik geschippert oder geflogen wird oder [...] Äpfel aus Italien oder sonst woher im Naturkostladen, das hat nichts mit Nachhaltigkeit zu tun“ (9). Die Prioritätensetzung zugunsten regionaler Produkte begründen sie in erster Linie auch ökologisch. „Beim Regionalen ist immer auch der ökologische Aspekt mit dabei“ (20). „Und die (*Produkte – Anm. d. Verf.*) müssen ja nicht so konserviert sein, wenn sie nicht um die halbe Welt kutschiert werden“ (22).

Die gesundheitliche Dimension ist zwar nicht unwichtig, hat aber in dem Prozess der Entwicklung einer nachhaltigen Ernährungsweise eine eher untergeordnete Rolle gespielt. Fr. I: „Also, wir haben damit angefangen und haben dann so nach und nach die zusätzlichen Vorteile gesehen. Es war jetzt nicht der Hauptgrund Gesundheit“ (187). Hr. I: „Als ich irgendwann mal bei meinem Hausarzt war und der sagte, dass man an meinen Blutwerten sehen könne, dass ich mich gut ernähre, das ist schon ein Ansporn. Und was mir so inzwischen durch den Kopf geht, gerade beim Fleisch, die Antibiotikabelastung. Das kam aber auch erst hinterher, dass ich dachte, ist im Grunde ganz gut“ (186). In Bezug auf die Ernährung der Kinder hatte die Gesundheit jedoch einen höheren Stellenwert. So war die Geburt des Sohnes schon ein Wendepunkt. „Also, bei mir selbst, da habe ich da nicht so sehr drüber nachgedacht. Da war es auch in der Schwangerschaft irgendwie so weit weg, es war noch sehr bei mir [...] Das war dann erst, als er wirklich da war, dass ich angefangen habe zu überlegen“ (204).

Herr I nennt als Hintergrund seine Sozialisation in den umweltbewegten 1980er Jahren: „Dass ich generell auf ökologische Sachen kam, das waren die 80er, wo alle irgendwo drauf kamen. Also, ich bin nie ein Öko gewesen [...] aber ich war eigentlich immer schon dafür... hatte mit meinen Eltern Kämpfe darum, man könnte doch auch mit der Bahn fahren, muss nicht alles mit dem Auto machen [...] Ich war da schon überzeugt, also kein Mitläufer oder so. Ganz allgemein, dass unser Ressourcenverbrauch viel, viel zu hoch ist“ (142). Auch Frau I erinnert sich an Auseinandersetzungen um dieses Thema: „Ich habe auch zu Hause gekämpft, um alles Mögliche: Flaschenmilch, Stromsparen, wassersparende Klospülung ...“ (148). Beide sind also auch allgemein ökologisch sensibilisiert. Die Übertragung des ökologischen Bewusstseins auf die Ernährungsweise war allerdings ein längerer Prozess. So berichtet Frau I: „Eine zeitlang hab ich vegetarisch gegessen. Dann habe ich es irgendwann auch wieder aufgegeben, als ich angefangen habe zu studieren, weil ich mit dem vegetarischen Mensaessen so meine Probleme hatte. Und ich habe es auch nicht richtig sinnvoll getan. Dadurch, dass ich noch zu Hause gewohnt habe, meine Mutter hat halt gekocht und hat dann für mich irgendwas extra bereitet. Aber nicht so ausgewogen, wie es hätte sein sollen. Ich hab halt Mangelerscheinungen

bekommen“ (55). Der Auslöser war damals ein Fernsehbericht über Massentierhaltung. Beide berichten, dass die Ernährung in ihren Elternhäusern sehr fleischlastig und konventionell war. Herr F erzählt, dass seine Mutter auch extrem vorsichtig mit seiner Ernährung war, als er noch klein war.

Als sie vor etwa acht Jahren in einen gemeinsamen Haushalt zogen, spielte die Nachhaltigkeit in der Ernährung kaum eine Rolle. Hr. I: „Dann haben wir, wie man so anfängt zu kochen, viel mit Tütenessen und so 'nem Zeug gearbeitet. [...] und da haben wir die Knorr-Tüten mit irgendwas ... Und wenn da Fleisch auf der Tüte stand, haben wir halt Fleisch dazu gekauft. Das war so richtig befriedigend nicht“ (61ff.). Als ersten, entscheidenden Auslöser für eine Veränderung der Ernährungsweise nennen sie die Lage der ersten Wohnung direkt an einem Erzeugermarkt. „Wir haben direkt vorm Höchster Markt gewohnt. Das ist der einzige echte Erzeugermarkt in Frankfurt. [...] Da haben wir halt angefangen, einzukaufen und haben halt festgestellt, wie gut das alles schmeckt. Und wie viel mehr Spaß das auch macht, so einzukaufen. So hat sich das einfach entwickelt“ (63). „Ein weiterer Aspekt war: Da sind auch wirklich Erzeuger, die irrsinnig günstig verkaufen“ (66). Auch in Bezug auf Fleisch hat sich etwas verändert: „Und dann tauchte da ein Metzger auf, der geworben hat mit Fleisch aus – nur Tiere aus artgerechter Haltung von seinen Höfen und selbst geschlachtet. Da sind wir dann irgendwann vorbei und haben das probiert und das schmeckte auch ehrlich richtig gut. [...] Das war vor BSE schon“ (66). Etwa gleichzeitig haben sie ihren Fleischkonsum zum einen aus Ablehnung von Massentierhaltung und zum anderen aus Überdruß reduziert. Herr I erzählt, dass es in seinem Elternhaus immer sehr viel Fleisch gegeben hat. Durch die Einschränkung können auch die Mehrkosten kompensiert werden. „Wir kochen relativ wenig mit Fleisch. Und wenn, dann geben wir lieber das bisschen mehr Geld aus, was der Metzger verlangt dafür“ (32). In diesem Zusammenhang hat aber auch die Geburt des Sohnes eine Rolle gespielt: „Also, im Tengelmann haben wir noch drei, vier mal Fleisch gekauft und dann haben wir gesagt, nee. Das hatte schon mit dem Kind zu tun. Das muss der nicht essen“ (138). „Er hat doch, also gerade die ökologischen Sachen doch sehr verstärkt ...“ (129). Mit der Ernährung ihres Sohnes sind sie momentan recht zufrieden. Er isst gern Vollkornbrot, Obst und Gemüse – Essen ist kein problematischer Bereich in der Erziehung.

Die Entwicklung einer nachhaltigen Ernährungsweise sehen sie als einen gemeinsamen Prozess: „In dem Punkt sind wir uns ziemlich einig. Das hat sich mehr oder weniger unabhängig voneinander entwickelt“ (79). Der Stellenwert der Ernährung ist in ihrem Alltag im Laufe der Zeit immer weiter in den Mittelpunkt gerückt. Eine entscheidende Zeit war, als der Sohn angefangen hat, vom Familientisch mitzuessen. Herr I hatte im zweiten Lebensjahr ein Jahr Erziehungsurlaub, die Verbesserung der Ernährung der Familie ist in dieser Zeit sein *Projekt* gewesen. „Als er dann etwa ein Jahr alt war, bin ich zu Hause geblieben. Meine Frau ist

arbeiten gegangen. [...] es hat mir einfach Spaß gemacht, auf Märkte zu gehen, da einzukaufen und mir über ökologische Lebensmittel mehr Gedanken zu machen. Manche Gewohnheiten, die wir jetzt haben, das kommt eigentlich aus der Zeit. Vorher, da war das mehr so im Kopf drin, aber wir haben es kaum gemacht. Man sucht sich dann auch, das ist ja eigentlich eher das, was Frauen häufig passiert, noch was, wo man sich drauf stützt. Und ich hab dann schon viel ... Kohlenhydrate, Fette, und so 'n Kram, das wusste ich schon vorher. Aber wo die Sachen jetzt herkommen, was da noch drin sein könnte, habe ich mir dann viel überlegt. Das hat das noch mal deutlich verstärkt“ (129/136). Herr I hat sich über vieles informiert, die Erzeuger verglichen und in dieser Zeit einige Gewohnheiten der Familie umgestellt. Sie bedauern, dass die Prioritätensetzung für Ernährung durch die Umstellungen nach der Geburt des zweiten Kindes gerade etwas in den Hintergrund gerückt ist. Herr I berichtet: „Jetzt im Moment ist es häufig improvisiert. Seit Kurzem klappt das wieder ganz gut, aber davor war es eine ziemliche Katastrophe. Das endete dann im Pizzaservice oder so was“ (113). „Wir müssen jetzt mal wieder anfangen, konsequent drauf zu achten, was essen wir eigentlich? Und nicht so schnell mal zwischendurch“ (285). Auch Frau I empfindet dies ähnlich: „Ich muss schon gestehen, dass es mir in der letzten Zeit nicht so wichtig war. Da waren andere Sachen in meinem Kopf. Das kommt jetzt so langsam wieder. Jetzt habe ich auch wieder Lust, das so ein bisschen zu organisieren und zu gucken, wenn die Kleine schläft“ (121).

#### ERNÄHRUNGSALLTAG, UMSETZUNG DES LEITBILDS UND HAUSHALTSORGANISATION

Nach der Geburt des zweiten Kindes stellt sich ein neuer Alltagsrhythmus gerade erst so richtig ein. Außerdem gibt es durch die wiederholten Wechsel in der Berufstätigkeit beider Partner und der Betreuung des Sohnes bisher keinen dauerhaften *Normalzustand*, sowohl, was die Arbeitsteilung als auch den Alltagsablauf angeht. Die Familie hat sich immer wieder auf unterschiedliche Bedingungen eingestellt. „Das dauert sicher noch eine Weile, bis sich das wieder eingespielt hat. Und mit der neuen Situation mit dem Kindergarten, also, solange er in der Krabbelstube war, war es noch strukturierter, weil wir das einfach gewohnt waren den Ablauf“ (108). Hr. I: „Und ich arbeite erst seit letztem Sommer voll, also das ist auch noch eine neue Sache. Früher hatte ich eine halbe Stelle, kam früher nach Hause und konnte noch kochen für mittags. Das geht jetzt nicht mehr“ (109). Daher entspricht der Mahlzeiten-Rhythmus auch noch nicht ganz den Vorstellungen der Familie. Da der Sohn im Kindergarten frühstückt, trinkt er morgens nur einen Kakao. Ein Elternteil setzt sich dazu mit ihm an den Tisch. Das Kindergarten-Frühstück bekommt er von zu Hause mit: „Das Frühstück ist mir auch ganz wichtig, dass er da sein Vollkornbrot mitnimmt und Obst. Das ist auch das, was wir beeinflussen können im Kindergarten. Und das isst er auch gerne“ (273). Herr und Frau I frühstücken jeder für sich, schaffen das aber nicht immer. Damit sind sie nicht zufrieden: Fr. I: „Was ich auf jeden Fall ändern möchte, ist das Frühstück. Ich komme selten zum Frühstück, und dann kommt es oft vor, dass ich nach dem In-den-Kindergarten-bringen noch

schnell einkaufen gehe und dass ich mir da irgendwas hole und schnell auf dem Weg esse. Das finde ich furchtbar. [...] Ich muss gucken, dass ich morgens Vollkornbrot esse oder Müsli und dass ich mir Zeit nehme“ (284). Hr. I: „Mit dem Frühstück geht es mir ähnlich. Ich schaff es jetzt erst seit einiger Zeit, mir morgens regelmäßig Brote mitzunehmen und nicht auf dem Weg dahin noch mal eben beim Bäcker was zu holen“ (285).

Seit der Sohn anderthalb ist, isst er mittags in der Kindertagesstätte. Über dieses Angebot sind sie sehr froh. Mit der Qualität der Verpflegung dort sind sie allerdings nicht so zufrieden: Fr. I: „Das ist Kantinenessen, eine Kantine, die sich darauf eingestellt hat, für Kindereinrichtungen zu kochen“ (46). Hr. I: „Das ist mit Sicherheit weder ökologisch noch nachhaltig. Aber das sind halt Kompromisse, die man irgendwo schließen muss“ (51). „Es gibt hier eine Kita, die ist etwas reflektierter geführt, die holen sich ihr Essen dann, demeter ist das glaub ich [...] das kostet auch wesentlich mehr. Da kochen auch Eltern selbst [...] Aber es ist völlig aussichtslos, da einen Platz zu kriegen und es kostet auch noch mal fünfzig Euro mehr als die städtischen und kirchlichen Kindergärten. Das Geld ist wahrscheinlich nicht das Problem, das hätten wir auch gemacht, aber das ist schon auf Jahre ausgebucht. Das kann man vergessen“ (41). Herr und Frau I versorgen sich im Laufe des Tages selbst. Das Abendessen nehmen dann alle gemeinsam ein. Es gibt meistens Brot und Käse, mal einen Salat. Seit Frau I mit dem zweiten Kind zu Hause ist, kocht sie auch gelegentlich etwas. „Unter der Woche versuchen wir jetzt schon, dass wir etwas Gescheites essen und das mach schon ich, weil ich einfach mehr da bin“ (217). Wenn Herr I Zeit hat, übernimmt er dies allerdings auch: „In den Ferien hab oft ich gekocht. Aber das kommt glaub ich noch aus der Tradition, dass halt als unser Sohn anfing, gekochte Sachen zu essen, war ich halt hier. In der Zeit habe ich angefangen, viel zu kochen“ (218). Frau I ergänzt: „Dazu kommt noch, dass er lieber kocht als ich“ (219).

Wenn sie am Wochenende Zeit haben, hat das Essen und auch das Einkaufen einen hohen Stellenwert: „Das ist ein Zeitfaktor. Wenn wir viel Zeit haben, dann versuchen wir, gerade am Wochenende auf dem Markt einzukaufen und überlegen uns auch schon vorher, was wir damit kochen wollen mit den Sachen [...] und dann haben wir für zwei drei Tage für ein sinnvolles Essen vorgesorgt (25). „Das kann man auch so richtig nett als Ausflug gestalten am Wochenende. Dann gehen wir noch mit den Kindern essen und so. Also, das genießen wir eigentlich, unsere Ausflüge zum Markt. Wir treffen uns auch oft mit Freunden, ein Ritual schon“ (98). Ein besonderes Highlight ist auch das gemeinsame Sonntagsfrühstück. Außerdem geht die Familie gern und relativ häufig auswärts essen. „Bei Lokalen sind wir schon ein bisschen wählerisch. Wir bevorzugen welche, wo ich zumindest weiß, dass das Fleisch von einem Metzger kommt [...], also die eben nicht auf dem Großmarkt einkaufen. Aber wir gehen auch in andere“ (118).

Kartoffeln, Karotten und Brot (bzw. das Mehl zum selber backen) kaufen sie immer im Naturkostladen oder auf dem Biostand auf dem Markt. Auch Müsli kommt aus dem Naturkostladen. Anderes Gemüse und Obst kaufen sie möglichst auf dem Markt am



Biostand oder bei regionalen Erzeugern. Dabei spielen finanzielle Aspekte durchaus eine Rolle „Im Naturkostladen, das ist wirklich abartig teuer, Obst und Gemüse da zu kaufen, finde ich. [...] Der Bioland-Stand, der ist nicht ganz so teuer wie der Naturkostladen“ (99ff.). Fleisch und Wurst kaufen sie bei einem regionalen Metzger von Tieren aus artgerechter Haltung, Milch und andere Produkte kommen meistens aus dem Supermarkt, wobei sie gern auch die Ökolinie kaufen. Herr I sagt dazu: „Wobei mir dazu natürlich auch immer wieder durch den Kopf geht, dass das bei weitem nicht so sicher ist wie aus dem Naturkostladen. Aber [...] da muss ich dann in zwei Läden“ (93). „Das ist schon eine Vertrauenssache. Wenn irgendwo Bioland draufsteht, dann vertrau ich auch darauf, das ist in Ordnung. Und genügt auch etwas höheren Ansprüchen“ (178). In finanzieller Hinsicht hat sich die Situation von Familie I verbessert, was auch die Schwelle für Bio-Produkte etwas senkt. „Dass wir nun nicht mehr so gucken müssen, da haben wir gesagt, das können wir uns gönnen“ (287). Herr I sieht dabei auch die Bedeutung der Prioritätensetzung: „In den letzten drei Monaten haben wir schon für Pizza-Service oder wenn man mal unterwegs ist [...] auch einen Haufen Geld ausgegeben. Es geht mir schon manchmal durch den Kopf, dass ich für die Hälfte des Geldes sehr teuer einkaufen könnte und sehr gute ökologische Sachen einkaufen könnte. Aber dann muss ich auch die Zeit dazu haben“ (290).

#### CHARAKTERISTISCHES KURZPROFIL DES NACHHALTIGEN ERNÄHRUNGSSTILS VON FAMILIE I

Beim nachhaltigen Ernährungsstil von Familie I stehen ökologische Aspekte im Vordergrund; bezogen auf die Kinder haben aber auch gesundheitliche Faktoren an Bedeutung gewonnen. Im Gespräch wird eine Motivkette für die Sensibilisierung hin zu nachhaltigen Aspekten deutlich. So nennt Herr I, der der Initiator für einen nachhaltigen Ernährungsstil war, die Thematisierung von ökologischen Problemen in den 1980er Jahren als einen Faktor, dazu kam die positive sinnliche Erfahrung mit regional erzeugten Produkten auf dem Markt vor der Haustür, die Geburt des Sohnes und die Muße, sich während seiner Elternzeit ausgiebig mit der Familienernährung zu beschäftigen. Die Ernährungsweisen von Herrn und Frau I haben sich einander angeglichen, ihre Wertorientierungen stimmen weitgehend überein, das Leitbild ist ein gemeinsames und hat für beide einen wichtigen Stellenwert. Zurzeit befindet sich die Familie durch die Geburt des zweiten Kindes in einer Umbruchsituation, die aufgrund der knappen zeitlichen Spielräume sowie der noch nicht wiedergefundenen Rhythmen die Umsetzung einer nachhaltigen Ernährungsweise erschwert.

## ABSTRAHIERTE AUSWERTUNG NACH BEDINGUNGEN, STRATEGIEN UND KONSEQUENZEN DER NACHHALTIGEN ERNÄHRUNGSWEISE

### **Bedingungen – Logik der Selektion**

#### *URSÄCHLICHE BEDINGUNGEN:*

- Sensibilisierung in den 1980ern, Wertorientierung
- Geburt des ersten Kindes
- Kontakt durch Direktvermarkter-Markt vor der Tür
- Einigkeit beider Partner beim Leitbild

#### *INTERVENIERENDE BEDINGUNGEN:*

- Zeit – Prioritätensetzung bei der Zeitverwendung, momentan durch die Geburt des zweiten Kindes Umstrukturierung der Alltagsabläufe
- Geld – aber durchaus in dem Bewusstsein, dass Prioritätensetzung und Zeit dem übergeordnet sind

### **Strategien – Logik der Situation:**

- relativ klare Zuteilung, welche Produkte wo gekauft werden – austariert zwischen alltagsorganisatorischen, (d. h. auch zeitlichen) und finanziellen Faktoren

### **Konsequenzen – Logik der Aggregation:**

- nicht ganz zufrieden mit dem momentanen Ernährungsarrangement, v. a. aufgrund der Prioritätensetzung.

### **3.2.2 Fallvergleiche auf Grundlage der Leitfragen**

Die Ernährungsstile der untersuchten Familien scheinen zunächst so einzigartig und komplex, dass strukturelle Gemeinsamkeiten und Unterschiede auf den ersten Blick kaum zu erkennen sind. Daher werden im folgenden Abschnitt die untersuchten Familien anhand der Leitfragen miteinander verglichen, um aussagekräftige Unterschiede und Gemeinsamkeiten bei der Entwicklung des Leitbilds und der Umsetzung identifizieren zu können. Die Fallvergleiche bilden die Grundlage für die Interpretation der Ergebnisse und ermöglichen die Entwicklung von Hypothesen.

Zur besseren Orientierung bei den ausführlichen Fallvergleichen ist mit Tabelle 6 ein Überblick aller im letzten Abschnitt analysierten Fälle vorangestellt. Danach erfolgt die vergleichende Analyse nach folgenden Aspekten:

### **Leitbild einer nachhaltigen Ernährung**

- Ernährungsleitbilder der befragten Familien
- Entwicklung eines gemeinsamen Leitbilds
- Auslöser und Motive für die Hinwendung zu nachhaltigen Ernährungsstilen

### **Umsetzung im Familienalltag**

- Organisation der Alltagsversorgung
- praktizierte Ernährungsstile in den Familien
- Aushandlungsprozesse und Umsetzungsstrategien in den Familien
- wahrgenommene Potenziale und Hemmnisse bei der Umsetzung des Leitbilds

Tab. 6 Kurzdarstellung der Ernährungsweise in den befragten Familien

		Familie A	Familie B	Familie C	Familie D
<b>LEITBILD</b>					
<b>Ernährungsleitbild/ Schwerpunkt- setzung</b>	Ökologie	★★★★	★	★★	★★★
	Gesundheit	★	★★★★	★★★	★★★
	Soziales	★★	★★	★★	★
	Schwerpkt.	Bio-Produkte	gesunde Lebensmittel für die Kinder	Bio-Produkte	Vollwert-Ernährung
<b>Entwicklung des gemeinsamen Leitbilds</b>		<p>♀ übernimmt Wertorientierung, unterstützt Umsetzung, hauptverantwortl. für Alltagsversorgung</p> <p>♂ Initiator</p>	<p>♀ Initiatorin und Hauptverantwortliche</p> <p>♂ Ernährung kein zentrales Thema</p>	gemeinsames Projekt	<p>♀ Initiatorin und Hauptverantwortliche</p> <p>♂ kein Interesse an Ernährung</p>
<b>Auslöser und Motive<sup>53</sup></b>		politisches Engagement in der Jugend (1980er Jahre), berufliche Beschäftigung mit ökologischem Landbau	Geburt des ersten Kindes	Geburt des Kindes	Umweltproblematik in den 1980er Jahren
<b>UMSETZUNG</b>					
<b>Alltagsorganisation und Arbeitsteilung</b>		traditionelle Arbeitsteilung, dienstleistungsorientiert	traditionelle Arbeitsteilung, Kinder essen mittags zu Hause, strukturierter Haushaltsstil	partnerschaftliche Arbeitsteilung, <i>spontaner</i> Haushaltsstil	traditionelle Arbeitsteilung, Kinder essen mittags zu Hause
<b>Aushandlungsprozesse und Umsetzungsstrategien</b>		Fokus auf Bioprodukte, auch Convenience, gemeinsames Kochen kommt zu kurz	Umsetzung durch Frau B, Rücksicht auf Wünsche der Kinder, Ernährungsweise aller Haushaltsmitglieder gleich	spontanes Ernährungsverhalten, relativ hoher Außer-Haus-Anteil	Umsetzung durch Frau D, Rücksicht auf Wünsche der Kinder, Ernährungsweise der Haushaltsmitglieder nahezu gleich
<b>Potenziale und Hemmnisse</b>		Zeit, Prioritätensetzung		Prioritätensetzung, Geld	Geld

<sup>53</sup> Die genannten Auslöser und Motive beziehen sich hauptsächlich auf die initiiierende Person

Tab. 6 Kurzdarstellung der Ernährungsweise in den befragten Familien

Familie E	Familie F	Familie G	Familie H	Familie I
<b>LEITBILD</b>				
★★	★★	★★	★★	★★
★★	★★	★★	★★	★★
★	★★	★★	★★	★★
Rohkost, Gemüse, Obst/Sport	unverarbeitete Produkte, Gesundheit		Vollwerternährung	Regionale Lebensmittel
♀ Initiatorin, hauptverantwortlich für Umsetzung ♂ interessiert an nachhaltiger Ernährung	unterschiedliche Leitbilder beider Partner, Frau F organisiert familiäre Ernährungsweise, Herr F ist Vegetarier, Gesundheit hat für ihn wenig Relevanz	♀ Initiatorin ♂ teilt Wertorientierungen, an der Umsetzung beteiligt	♀ übernimmt Wertorientierungen und Umsetzung im Alltag, mit verantwortlich ♂ Initiator, verantwortlich für die Organisation der Ernährungsversorgung	♀ teilt Wertorientierungen, an der Umsetzung beteiligt ♂ Initiator, hat Umsetzungsstrategien entwickelt
Abgrenzung vom Elternhaus, Gesundheitsinteresse	Sensibilisierung durch Elternhaus, Umweltproblematik in den 1980er Jahren, Geburt des Kindes	Sensibilisierung durch Elternhaus, Geburt des Kindes	Sensibilisierung durch Elternhaus, Geburt des Kindes	Geburt des ersten Kindes – „Elternzeitprojekt“, Umweltproblematik in den 1980er Jahren, Abgrenzung vom Elternhaus
<b>UMSETZUNG</b>				
traditionelle Arbeitsteilung, Kinder essen mittags zu Hause	partnerschaftliche Arbeitsteilung	partnerschaftliche Arbeitsteilung	partnerschaftliche Arbeitsteilung	partnerschaftliche Arbeitsteilung
Umsetzung durch Frau E, Ernährungsweisen weitgehend identisch	Haushaltsmitglieder praktizieren unterschiedliche Ernährungsweisen	wechselnde Alltagsmodelle	Umsetzung durch beide Partner, z.T. unterschiedliche Ernährungsweise	Neustrukturierung nach Geburt des 2. Kindes
Zeit, Geld	Zeit	Zeit	Geld	Zeit, Geld

### 3.2.2.1 Leitbild einer nachhaltigen Ernährung

#### ERNÄHRUNGSLEITBILDER DER BEFRAGTEN FAMILIEN

Die Ernährungsleitbilder der befragten Familien unterscheiden sich voneinander und sind deutlich durch die individuellen Prioritätensetzungen beider Partner geprägt. Jede Familie hat vor diesem Hintergrund ein ganz eigenes Profil entwickelt, das nicht mit einem anderen deckungsgleich ist. So überwiegen bei Familie B und E deutlich die gesundheitlichen Aspekte, Familie E gibt nachgeordnet auch ökologische Motive an. Auch bei Familie C, F, G und H hat die Gesundheit als Leitmotiv für die Ernährungsweise einen hohen Stellenwert, kombiniert aber mit mindestens einer weiteren Nachhaltigkeitsdimension – meist der ökologischen. Bei den Familien A, D und I stehen klar ökologische Aspekte im Vordergrund. Familie A misst als Einzige der Gesundheit als Motiv für eine nachhaltige Ernährungsweise ausdrücklich so gut wie keine Bedeutung bei. In den anderen beiden Familien sind gesundheitliche Aspekte zumindest in Bezug auf die Kinder durchaus relevant. Auch innerhalb der einzelnen Nachhaltigkeitsdimensionen gibt es bei den Familien deutliche Unterschiede in der Schwerpunktsetzung bzw. der jeweiligen Ausprägungen. Frau B misst im Kontext der Gesundheitsdimension der ausgewogenen und möglichst schadstofffreien Ernährung der Kinder die meiste Bedeutung bei; für Frau E steht ein möglichst hoher Rohkostanteil im Vordergrund. Das Verständnis von Gesundheit ist bei Familie E eng verknüpft mit sportlicher Leistungsfähigkeit. Bei Familie F spielt Sport auch eine Rolle, hier wird der gesundheitliche Aspekt zusätzlich noch mit dem Erhalten der schlanken Figur verbunden.

Auch innerhalb der ökologischen Dimension wird in der Schwerpunktsetzung noch einmal deutlich differenziert. So ist für Herrn A die Förderung des ökologischen Landbaus das Hauptmotiv innerhalb einer ökologisch-nachhaltigen Ernährungsweise. Die Familie strebt daher einen möglichst hohen Anteil an Produkten aus ökologischem Anbau in ihrer täglichen Ernährung an. Familie I argumentiert vor dem Hintergrund des Energieverbrauchs in erster Linie mit der Länge von Transportwegen. Regionalität ist daher bei ihnen ein übergeordnetes Entscheidungskriterium. Insgesamt ist jedoch zu beobachten, dass die Unterziele der ökologischen Dimension nicht so konkret benannt werden (können) wie beim Leitmotiv *Gesundheit* bzw. keine so klare Prioritätensetzung erfolgt. Die soziale Dimension hat in keinem der befragten Haushalte eine deutlich profilbildende Funktion. Die relevanten Aspekte, die im sozialen Kontext genannt werden, beziehen sich auf tierethische Motive und den fairen Handel. Herr A benennt die Schwierigkeit, für die soziale Dimension handlungsorientierte Entscheidungen zu finden.

#### ENTWICKLUNG EINES GEMEINSAMEN LEITBILDS

In acht der neun befragten Familien ging die Initiative für eine nachhaltige Ernährungsweise von einem der beiden Partner aus. Nur Familie C schätzt den Anteil beider in etwa gleich ein. In den Familien A, H und I gab jeweils der Mann den Anstoß für die Entwicklung einer nachhaltigen Ernährungsweise. In den übrigen fünf Familien war die Frau die treibende Kraft. Unterschiedlich war der Umgang der Partnerinnen und Partner mit dem Thema. Frau A, Frau H und Frau I waren sehr aufgeschlossen gegenüber einer nachhaltigen Ernährungsweise, für Frau A und Frau I traf die Initiative der Männer schon auf vorhandenes Interesse und entsprechende Wertorientierungen. Alle drei Frauen übernehmen einen wesentlichen Anteil der Arbeit zur Ernährungsversorgung der Familie und setzen dadurch auch das Leitbild in die alltägliche Praxis um. Frau A trägt dabei den Hauptteil der Verantwortung; in den anderen beiden Familien ist die Arbeit etwa zu gleichen Teilen zwischen den Partnern aufgeteilt.

Anders stellt sich das Bild bei den fünf Männern dar, die von ihren Frauen mit der Initiative für eine nachhaltige Ernährungsweise konfrontiert wurden. Bei Herrn E, F und G traf das Thema durchaus auf Interesse und schon vorhandene Erfahrungen und Wertorientierungen. Herr B und Herr D messen der Ernährung keinen besonderen Stellenwert bei und sind daher auch nicht maßgeblich an der Entwicklung eines Leitbilds für die Familienernährung beteiligt. Herr B äußert zwar Zweifel an dem gesundheitlichen Zusatznutzen von ökologisch erzeugten Lebensmitteln, die seine Frau bevorzugt, hat ihr aber mit der Verantwortung für die Ernährungsversorgung der Familie die volle Entscheidungs- und Gestaltungsmacht für diesen Handlungsbereich übergeben und erkennt ihr Engagement dafür an. Auch bei Familie D liegt die gesamte Verantwortung und Gestaltungsmacht für die Familienernährung bei Frau D. Herr D setzt sich mit dem Thema nicht auseinander und entwickelt auch keine eigenen Vorstellungen, was Frau D ausdrücklich bedauert.

In den drei anderen Familien tragen zwar auch die Frauen momentan den Hauptanteil an der Gestaltung der familialen Ernährungsweise, aber die Männer sind durch ihr eigenes Interesse stärker in den Prozess involviert bzw. haben zu einem früheren Zeitpunkt das familiäre Leitbild für eine nachhaltige Ernährung mit geprägt. Herr G hat bis vor kurzem noch etwa zu gleichen Teilen wie seine Partnerin für die gemeinsame Ernährung gesorgt, was allerdings durch einen neuen, weiter entfernten Arbeitsplatz nicht mehr möglich ist. An der Entwicklung der gemeinsamen Ernährungsweise waren beide beteiligt. Das Ernährungsleitbild von Herrn F unterscheidet sich von dem seiner Partnerin und ihrer Tochter. Er ernährt sich aus tierethischen Gründen vegetarisch, achtet aber relativ wenig auf gesundheitliche Aspekte. Diese stehen bei Frau F und der Tochter im Vordergrund;

beide essen Fleisch. Im Alltag praktizieren alle drei sehr unterschiedliche Ernährungsweisen, den nahezu jeden Abend stattfindenden gemeinsamen Mahlzeiten liegt das Leitbild von Frau F zu Grunde, und diese werden auch von ihr gestaltet. Besonders für diese Mahlzeit wird das gemeinsame Leitbild einer möglichst nachhaltigen Ernährung umgesetzt. Herr E trägt und unterstützt das familiäre Ernährungsleitbild von einer möglichst gesunden, rohkostreichen und umweltverträglichen Ernährungsweise mit; dies wird in erster Linie jedoch von Frau E gestaltet und umgesetzt. Allerdings achtet Herr E bei der Außer-Haus-Verpflegung an seinem Arbeitsplatz ebenfalls auf gesunde, fleischarme und frische Mahlzeiten.

In den untersuchten Familien geht die Entwicklung des Leitbilds einer nachhaltigen Ernährungsweise also auf die Einstellungen und Wertorientierungen meist eines Partners zurück, die entweder von dem anderen Partner mit übernommen oder zumindest nicht abgelehnt werden.

In keinem der untersuchten Haushalte wurde die Entwicklung eines gemeinsamen Leitbilds als ein reflektierter Kommunikationsprozess beschrieben bzw. konnte als solcher nachvollzogen werden. Es ist daher davon auszugehen, dass Leitbilder vor allem durch das Zusammentreffen von bestimmten Lebenseinstellungen, Wertorientierungen und Persönlichkeiten beider Partner über einen längeren Zeitraum hinweg modelliert werden und dieses in den meisten Fällen ein eher unbewusster Prozess ist. Auch das Leitbild an sich ist kein bewusst vorhandenes und gezielt entwickeltes Konstrukt, sondern setzt sich aus den übergeordneten Wertorientierungen und Einstellungen als Maßstab für alltägliches Handeln zusammen. Erst für die Umsetzung des Leitbilds in eine praktizierte/praktizierbare Ernährungsweise kommt dem Kommunikations- und Aushandlungsprozess zwischen den Familienmitgliedern ein deutlicher Stellenwert zu. Auch die Rolle der Kinder kommt erst hier zum Tragen. Sie können zwar durch ihre Geburt bzw. ihre Anwesenheit die Entwicklung eines Leitbilds anstoßen, in keinem der untersuchten Haushalte hatten die Kinder jedoch einen Anteil an der Gestaltung des Leitbilds. Dieses ging immer auf die Wertorientierungen der Eltern zurück.

#### AUSLÖSER UND MOTIVE FÜR DIE HINWENDUNG ZU NACHHALTIGEN ERNÄHRUNGSSTILEN

Vor dem Hintergrund der Erkenntnis, dass die Entwicklung eines Leitbilds für eine nachhaltige Ernährungsweise immer auf persönliche Prägungen, bestimmte Lebenseinstellungen und Wertorientierungen zurückzuführen ist, sind die von den Befragten wahrgenommenen Auslöser und Motive hierfür von besonderem Interesse. Dabei lässt sich der Einstieg in eine nachhaltige Ernährungsweise in den allermeisten Fällen nicht auf ein einziges Motiv oder einen Auslöser zurückführen, meist sind es



mehrere Faktoren, die erwähnt werden. Es wird jedoch deutlich, dass diese sich durchaus wiederholen und bei mehreren Familien ähnliche Motive benannt werden. Besonders bedeutsam sind in diesem Zusammenhang die Kinder. So spielt in allen Familien, die Gesundheit als ein relevantes Leitbild für die Gestaltung ihrer Ernährungsweise angeben, die Schwangerschaft bzw. die Geburt des ersten Kindes eine entscheidende Rolle. Bei Familie B, C, F, G, H und I werden die Elternschaft und die Verantwortung für ein Kind als entscheidender Anlass für eine Veränderung der Ernährungsweise genannt.

Weiterhin werden die Erfahrungen mit der Ernährung in der jeweiligen Herkunftsfamilie von einigen Interviewpartnern als wichtige Grundlage für eine nachhaltige Ernährungsweise gesehen. So führen Herr H, Frau G und Frau F ihr Ernährungsinteresse unter anderem auf die Vorbildfunktion von Müttern, Großmüttern und älteren Geschwistern zurück. Auch Frau A begründet ihre Aufgeschlossenheit gegenüber den von ihrem Partner eingebrachten Ernährungsidealen mit Vorerfahrungen durch ihre ältere Schwester.

Es sind aber auch in einigen Fällen entgegengesetzte Entwicklungen zu beobachten, in denen sich die befragten Familien deutlich von den Ernährungsweisen ihrer Herkunftsfamilien abgrenzen und hier die Unzufriedenheit mit dem Erfahrenen unter anderem als Auslöser einschätzen. So nennen Herr F und Herr I ihre eigene Ernährungsentwicklung als bewusste Abkehr von der fleischlastigen Ernährungsweise des Elternhauses. Herr I berichtete: „Als ich bei meinen Eltern raus bin, da gab es jeden Tag Fleisch. Und zwar richtig viel. [...] Ich hatte wirklich genug davon. [...] Wenn ich das jetzt mache, dann hat das bestimmt auch etwas damit zu tun, dass ich mich gegen meine Eltern auflehne“ (60). Fleisch stand im Zentrum jeder Mahlzeit, die Beilagen wurden lieblos zerkocht bzw. aus der Dose aufgetischt. Die Erfahrungen von Frau I waren ähnlich. Auch Familie A und Familie C sehen ihre Ernährungsweise in deutlichem Kontrast zu der Ernährungsweise ihrer Eltern. So stand sowohl in Herrn als auch in Frau As Elternhaus Quantität vor Qualität beim Essen. Trotz knapper finanzieller Mittel der Familien sollte es den Kindern an nichts mangeln. Aber besonders geschmackliche Aspekte kamen hier zu kurz: „Da wurde altes Brot gekauft, weil das Neue wird so schnell gegessen, so war die Argumentation, weil das ja so gut schmeckt. [...] Oder meine Mutter hatte mal versucht, ein Suppenhuhn zum Brathähnchen umzufunktionieren (55). Frau C berichtet von einer sehr fleischbetonten, fettigen und reglementierten Ernährung, die sie mit ihrer Familie bewusst anders gestaltet. Aber sie beschreibt auch ihre Schwierigkeiten, sich trotz der inneren Ablehnung von den gelernten Mustern zu verabschieden und beklagt die Prägung für eine wenig vorteilhafte Ernährung. Auch wenn Frau E von einem ersten Kontakt mit der Vollwerternährung im Elternhaus berichtet, war der Einstieg in die intensive Beschäftigung mit Ernährung für sie

auch eine pubertätsbedingte Ablösung von ihren Eltern. Durch das Kochen von anderen Mahlzeiten und extremen Positionen zum Essen hat sie sich von den Eltern abgegrenzt.

Ein übergeordneter Aspekt, der vor allen Dingen von den ökologisch Orientierten eingebracht wurde, ist die Sensibilisierung für das Thema *Ökologie, Ernährung und Gesundheit* in den 80er Jahren. Durch die in dieser Zeit deutlich werdenden Umweltprobleme und den Reaktorunfall in Tschernobyl hatten diese Themen einen hohen Stellenwert in der öffentlichen Diskussion. Die meisten der Befragten haben diese Zeit als Jugendliche oder junge Erwachsene erlebt und führen ihre Wertorientierungen unter anderem auch auf die gesellschaftliche Bedeutung der Umweltfrage in dieser sensiblen Phase ihrer biographischen Entwicklung zurück. Die Bedeutung dieser Zeit auf die Bildung ihres ökologischen Bewusstseins wird ausdrücklich von Herrn A, Frau D, Frau F, Herrn H sowie von Herrn und Frau I erwähnt.

Ganz konkrete Auslöser bzw. Erlebnisse, die zu einer spontanen Verhaltensänderung geführt haben, werden vor allem für den Einstieg in eine vegetarische Ernährungsweise genannt. Bei Frau H war es das Abholen der Ferkel des Nachbarn zum Schlachten und bei Frau I ein Bericht über Massentierhaltung, den sie im Fernsehen gesehen hat. Wie beide betonen, trafen diese Auslöser aber jeweils auf schon vorhandene Einstellungen und waren nur ein Schritt in einem längeren Prozess.

Von Familie I wird noch ein weiterer entscheidender Auslöser genannt, der sich auf strukturelle Rahmenbedingungen bezieht. So sind sie durch den Direkterzeugermarkt vor ihrer Haustür mit regionalen Produkten in Kontakt gekommen und wurden von der Qualität dieser Erzeugnisse überzeugt.

Zusammenfassend lässt sich feststellen, dass biographische Umbruchsituationen und hier besonders die Geburt eines Kindes einen sensiblen Moment für eine Umstellung der Ernährungsweise darstellen. In allen untersuchten Fällen ist die Entwicklung eines entsprechenden Leitbilds und die Hinwendung zu einer nachhaltigen Ernährungsweise jedoch als ein Prozess zu verstehen, der durch ein Zusammenspiel zwischen den Wertorientierungen und Einstellungen der Partner, den biographischen Erfahrungen und den gesellschaftlichen Rahmenbedingungen modelliert wird. Ebenso wird deutlich, dass es in den wenigsten Fällen nur ein Motiv oder einen Auslöser für die Veränderung gibt. Oft steht zwar ein Motiv im Vordergrund, mit der Veränderung kommen aber weitere hinzu, die das Ernährungsmuster stabilisieren. Herr A, dessen Zugang zu nachhaltiger Ernährung zunächst eher theoretisch und politisch motiviert war, sagt: „Und dann ist tatsächlich, aber auch schrittweise, so etwas dazugekommen wie verstärkte Sicht auf Lebensmittelqualität, aber Qualität immer im Genussaspekt sozusagen“ (24).

### 3.2.2.2 Umsetzung im Familienalltag

#### ORGANISATION DER ALLTAGSVERSORGUNG

Vier der befragten Familien haben die Alltagsorganisation nach traditionellem Arbeitsteilungsmuster organisiert. In den Familien A, B, D und E ist der Mann in Vollzeit berufstätig und die Frau übernimmt die Hauptverantwortung für die Alltagsversorgung. Bis auf Frau A sind die Frauen nicht erwerbstätig. Dabei hat nur Familie B die Entscheidung für dieses Modell bewusst getroffen, da es den Lebensentwürfen und -wünschen beider Partner entsprach. Herr B übernimmt zwar bestimmte Hausarbeiten, wie die Vorbereitung des täglichen Frühstücks und den regelmäßigen Wocheneinkauf, die Organisation und Verantwortung liegt jedoch komplett bei Frau B. Bei Familie A, D und E hat sich die klassische Arbeitsteilung, wie die Partner rekonstruieren, aus verschiedenen Gründen so ergeben, obwohl die Idealvorstellung zumindest der Frauen eine partnerschaftliche Arbeitsteilung ist oder war. Diese Gründe sind weitgehend struktureller Natur. Bei Familie A ist die Situation zum einen dadurch entstanden, dass Frau A die Reduzierung ihrer Stelle angeboten bekommen hat und es für Herrn A ungleich schwieriger geworden wäre, seine Arbeitszeit zu reduzieren. Außerdem hatte er das bessere Einkommen. Auch wenn er den entscheidenden Einfluss auf das Leitbild der familialen Ernährungsweise hat, wird die Verantwortung für die Alltagsversorgung und -arbeit hauptsächlich von Frau A getragen. Auch Herr E hatte ein höheres Gehalt als Frau E, die durch drei Schwangerschaften ihre Berufslaufbahn mehrmals unterbrochen hatte. Bei der Verantwortung für den Unterhalt einer fünfköpfigen Familie war es zunächst eine ökonomische Entscheidung. Der Wiedereinstieg von Frau E in ihren Beruf gestaltet sich momentan aufgrund mangelnder Angebote bezüglich Kinderbetreuung schwierig. Etwas anders gelagert ist die Situation bei Familie D, bei der beide Partner lange Zeit voll berufstätig waren und Frau D nun aus gesundheitlichen Gründen aus dem Berufsleben ausgeschieden ist. Allerdings hat Frau D schon in ihrer Berufstätigkeit den Hauptteil der Ernährungsverantwortung übernommen, da ihr Mann kein Interesse und Engagement für die Ernährung entwickelt hat.

In den übrigen Familien haben sich unterschiedliche Arbeitsteilungsmuster entwickelt. Zwar sind auch Herr C, Herr G und Herr I Vollzeit berufstätig und die Partnerinnen übernehmen zur Zeit den größeren Anteil an der Alltagsarbeit. Das Arrangement wird aber in allen drei Fällen nicht als traditionelles Arbeitsteilungsmuster wahrgenommen, da es für alle einen vorübergehenden Charakter hat und es auch schon andere Arbeitsteilungsmodelle gab. So haben sich Herr und Frau G bis vor kurzem die Hausarbeit geteilt, und nach Beendigung ihres Studiums würden sie dieses Modell gern

wieder übernehmen. Allerdings könnten auch bei ihnen strukturelle Gründe die Umsetzung dieses Wunsches verhindern. Da Herr G eine neue Stelle angetreten hat, die von Seiten des Arbeitgebers nicht teilbar ist, bewirbt sich Frau G um eine 2/3 Stelle. Auch wenn Herr G gerne weniger arbeiten würde, sieht er große Probleme, dies tatsächlich zu verwirklichen. Herr I hatte im zweiten Lebensjahr des ersten Kindes Elternzeit genommen, während Frau I ihre Ausbildung beendet hat. Für das zweite Lebensjahr der gerade geborenen Tochter können sie sich dieses Arrangement wieder vorstellen. Auch bei Familie C wird sich die Situation nach der Beendigung ihres Studiums wieder verändern. Zudem haben alle drei Männer ähnliche Prioritätensetzungen wie ihre Partnerinnen und sind etwa zu gleichen Teilen in die Haushaltsplanung involviert.

Frau und Herr F sind beide Vollzeit berufstätig, die Alltagsversorgung der Familie ist durch die unterschiedlichen Prioritätensetzungen geprägt, und es gibt eine relativ klare Arbeitsteilung. Auch Frau Fs jugendliche Tochter beteiligt sich an den Haushaltsarbeiten. Die Organisation und Hauptverantwortung besonders für die Ernährung liegt in erster Linie bei Frau F; auch die möglichst allabendlichen Familienmahlzeiten werden von ihr zubereitet. Herr F und die Tochter helfen bei der Vorbereitung und räumen nach dem Essen auf. Einkäufe werden von beiden Partnern erledigt.

Eine konstante partnerschaftliche Arbeitsteilung wird nur von Familie H praktiziert. Beide sind etwa halbtags berufstätig und haben zu etwa gleichen Teilen die Verantwortung für die Haushaltsorganisation und die Erledigung der Alltagsarbeiten übernommen. Auch hier sind die Prioritätensetzungen der Partner bezüglich der Ernährungs- und Alltagsversorgung ähnlich.

In den Familien sind die Haushaltsführungsmuster sehr unterschiedlich. So sind der Alltag und die Organisation der Haushaltsarbeit bei Familie B und Familie E sehr strukturiert und durch regelmäßige Abläufe z. B. bei den Mahlzeiten oder den Einkäufen gekennzeichnet. Bei beiden Familien wird im Voraus ein Essensplan erstellt. Auch bei Familie D sind regelmäßige Mahlzeiten ein fester Bestandteil des Tagesablaufs, vor allem die ernährungsbezogene Haushaltsarbeit hat hier einen zentralen Stellenwert. In allen drei Familien ist die Frau nicht erwerbstätig und versorgt die Kinder mit einer warmen Mittagsmahlzeit. Allein dadurch ergeben sich ein größerer Arbeitsaufwand und ein anderes Organisationsmuster als in den übrigen Familien, wo die Kinder über Mittag weitgehend in Betreuungsinstitutionen versorgt sind. Bei Familie A, die ebenfalls ein traditionelles Arbeitsteilungsmuster verfolgt, ist Frau A an drei Tagen die Woche nahezu ganztags berufstätig. An diesen Tagen isst die Tochter nach der Schule bei den Großeltern, an den anderen Tagen übernimmt Frau A die Versorgung. Es werden viele haushaltsnahe Dienstleistungen wie Lieferdienste, Putzhilfe und Bügelservice in Anspruch

genommen. Von relativ klaren Standards und Routinen ist auch die Haushaltsorganisation in den Familien F, G und H geprägt. Es gibt feste Einkaufsorte und weitgehend festgelegte Arbeitsaufteilungen zwischen den Partnern. Gemeinsame Mahlzeiten – am Abend oder/und am Wochenende – haben den Charakter eines Familienrituals. Im Rahmen dieser Routinen und Regelmäßigkeiten hat sich auch die Umsetzung des Leitbilds einer nachhaltigen Ernährung eingespielt.

So ist bei den bisher genannten Familien relativ klar festgelegt, welche Produkte wo gekauft werden. Durch die erst wenige Monate zurückliegende Geburt der Tochter bei Familie I haben sich die vorher vorhandenen Routinen und Abläufe noch nicht ganz wieder eingestellt. Gerade die Regelmäßigkeit in Bezug auf die Ernährung und die Umsetzung ihres Nachhaltigkeitsleitbilds ist zur Zeit etwas in den Hintergrund getreten, was sie aber bedauern und gern wieder ändern würden. Bei Familie C ist die Haushaltsorganisation und Ernährungsversorgung durch Spontaneität geprägt. Sie sind gerne und viel unterwegs. Eine Regelmäßigkeit von Mahlzeiten halten sie zwar grundsätzlich für erstrebenswert, ordnen diese aber den Ausflügen unter und essen dann auch oft unterwegs. Auch in Bezug auf andere Haushaltsarbeiten wie zum Beispiel dem Einkaufen gibt es wenig Routinen. Eingekauft wird, wenn der Kühlschrank leer ist. Durch diese Spontaneität bleibt, wie sie aussagen, gelegentlich die Umsetzung ihrer Ernährungswünsche auf der Strecke.

#### PRAKTIZIERTE ERNÄHRUNGSSTILE IN DEN FAMILIEN

Entsprechend der charakteristischen und haushaltsspezifischen Ausprägung der Leitbilder für eine nachhaltige Ernährungsweise mit unterschiedlichen Prioritätensetzungen ist es nicht überraschend, dass sich auch die praktizierten Ernährungsweisen der Familien voneinander unterscheiden. Diese spiegeln weitgehend die Schwerpunktsetzungen der Leitbilder wider. So ist zum Beispiel bei Familie A, die klar die Bedeutung der ökologischen Dimension betont, der Kauf von Lebensmitteln aus ökologischer Produktion oberste Handlungsmaxime, die auch im Alltag weitgehend umgesetzt wird. Der Verarbeitungsgrad der Lebensmittel hat hier nur nachrangige Bedeutung. Anders bei Familie B und E, die den gesundheitlichen Aspekten Vorrang geben und auf möglichst frische, unverarbeitete Lebensmittel Wert legen. Den Vorteil der ökologischen Erzeugung sehen sie in erster Linie in einem geringeren Schadstoffgehalt, diese ist aber nicht übergeordnete Handlungsmaxime.

Familie D, G und H benennen die Vollwerternährung mit ökologischen und gesundheitlichen Aspekten als wichtiges Leitmotiv für ihre Ernährung. Sie verwenden möglichst unverarbeitete, frische Lebensmittel aus ökologischem Anbau und zum Teil

Vollkornprodukte. Bei Familie F unterscheiden sich die Leitbilder beider Partner voneinander; auch dieses spiegelt sich in der Umsetzung wider. In dieser Familie werden drei verschiedene individuelle Ernährungsweisen praktiziert. Frau F orientiert sich ebenfalls an den Regeln der Vollwerternährung und achtet für sich auf eine regelmäßige, gesunde und rohkostreiche Ernährung. Sie nimmt sich auch die entsprechende Verpflegung mit an den Arbeitsplatz. Ihre Tochter versorgt sich mittags nach der Schule selbst, meistens mit Fertigprodukten. Ihr Partner ist Vegetarier und orientiert sich an ökologischen Aspekten. Seine Ernährungsversorgung am Tag beschreibt er als eher ungesund und unorganisiert – wenn er Hunger hat, besorgt er sich irgendetwas. Nur für die Abendmahlzeit hat sich ein familiales Ernährungsmuster herausgebildet, welches von Frau F organisiert wird. Für sie hat die Umsetzung ihres Ernährungsleitbilds einen hohen Stellenwert, den entsprechenden Aufwand dafür nimmt sie in Kauf, betrachtet dies doch gelegentlich auch als Stress.

Entsprechend der spontanen Haushaltsorganisation auch bezüglich der Ernährungsversorgung sind die Ernährungsweisen und die Verbindung zum jeweiligen Leitbild bei Familie C und I am wenigsten klar zu beschreiben. Bei beiden Familien hat es unterschiedliche Phasen gegeben. Nach der Geburt ihres ersten Sohnes haben Frau und Herr C ihre Ernährungsweise und die Einkaufsgewohnheiten zunächst komplett auf ökologische Produkte umgestellt, was sich dann aber unter anderem auch aus finanziellen Gründen auf eine Mischung aus Bioladen und Discounter eingependelt hat. Sie streben an, Frühstück und Abendessen gemeinsam einzunehmen, was aber nicht immer gelingt. Herr C und der Sohn essen mittags außer Haus warm; Frau C ernährt sich den Tag über sehr unregelmäßig und nimmt keine festen Mahlzeiten ein. Grundsätzlich hat das Essen bei ihnen keinen besonders hohen Stellenwert. Für Familie I ist die gemeinsame und frisch zubereitete, leckere Mahlzeit durchaus etwas sehr Erstrebenswertes, wofür ihnen in der momentanen Lebenssituation aber die Muße fehlt. Vor der Geburt des zweiten Kindes haben sie öfter zusammen gekocht und auch der gemeinsame Einkauf war ihnen wichtig. So haben sie regelmäßig mit der ganzen Familie Wochenmärkte besucht und dort frisches und regionales Obst und Gemüse eingekauft. Dies kommt zur Zeit aufgrund der familiären Umbruchsituation etwas zu kurz.

#### AUSHANDLUNGSPROZESSE UND UMSETZUNGSSTRATEGIEN IN DEN FAMILIEN

Wie die vorangegangene kurze Beschreibung der praktizierten Ernährungsweisen zeigt, stehen diese durchaus in Verbindung mit dem jeweiligen Leitbild und haben einen haushaltsspezifischen Charakter. In diesem Kontext ist es nun wichtig zu erfahren, ob in bezug auf Umsetzungsstrategien und Aushandlungsmuster der Familien wiederkehrende

Muster zu erkennen sind. Zunächst einmal lässt sich feststellen, dass es in allen befragten Familien eine Basis für eine familiäre Ernährungsweise gibt, der Grad der Gemeinsamkeit ist dabei jedoch unterschiedlich. Bei Familie B ist die größte Übereinstimmung der Ernährungsweisen zu erkennen. Die Familie nimmt fast alle Mahlzeiten gemeinsam ein. Die Mittagsmahlzeit der Familie nimmt Herr B am Abend ein. Auch bei den Familien E und D ist die Ernährungsweise aller Familienmitglieder weitgehend deckungsgleich. In diesen Familien ist die Frau klar für die Versorgung der Familie zuständig, trifft weitgehend auch die Entscheidungen allein und versorgt den Partner mit. Dabei werden die Wünsche der Haushaltsmitglieder berücksichtigt – vor allem die der Kinder. Herr B und Herr D messen dem Essen keinen besonderen Stellenwert bei und sind auch nicht besonders wählerisch – sie überlassen die Entscheidungen ihren Frauen. In allen anderen Familien gibt es ein Nebeneinander von individueller und familialer Ernährungsweise in unterschiedlichen Ausprägungen. In diesen Familien sollen im Folgenden die unterschiedlichen Umsetzungsstrategien und Aushandlungsprozesse sowie auch die Abgrenzung von individueller zur familialen Ernährungsweise genauer untersucht werden.

Bei Familie A hat die warme Abendmahlzeit den Stellenwert der gemeinsamen Familienmahlzeit. Diese wird von Frau A zubereitet, meistens gibt es aus Zeitgründen etwas Schnelles. Auch Herrn A ist es wichtig, am Abendessen teilzunehmen. An diese Mahlzeit werden zwar im Alltag keine besonderen Ansprüche gestellt, allerdings wünschen sich beide Partner, öfter mehr Zeit zum ausgiebigen Kochen und genussvollen Essen zu haben und nicht auf Fertigprodukte zurückgreifen zu müssen. Dem räumen aber beide im Rahmen ihrer Alltags- und Freizeitgestaltung nicht die entsprechende Priorität ein. Tagsüber isst Frau A das an ihrem Arbeitsplatz angebotene Mittagessen, Herr A nimmt sich Müsli, Joghurt, Obst und Gemüse mit. Die Tochter wird an drei Tagen in der Woche von den Großeltern versorgt. Unstimmigkeiten oder grundsätzlich unterschiedliche Vorstellungen beider Partner bezüglich der Ernährungsgestaltung sind nicht zu erkennen.

Rückblickend beschreiben sie den Prozess der Entwicklung einer gemeinsamen Ernährungsweise und ihrer Prioritätensetzung bei der Nachhaltigkeit als nicht problematisch. Mit der Gründung eines gemeinsamen Haushalts hat vor allem die ökologische Ausrichtung der Ernährung im Vordergrund gestanden. Diese ist in erster Linie auf die Wertorientierungen und das Engagement von Herrn A zurück zu führen; Frau A hat dies weitgehend übernommen. Für die Umsetzung seiner politischen und ökologischen Überzeugungen in konkretes Alltagshandeln war die Haushaltsgründung jedoch von entscheidender Bedeutung: „Als wir dann zusammengezogen sind, ist das dann übergegangen, dass er dann nicht mehr die konventionelle Wurst genommen hat, sondern gesagt

hat, o.k., ich nehm' die Bio-Wurst ..." (18). Die Tochter hat, wie sie sagen, keinen wesentlichen Einfluss genommen auf ihre Prioritätensetzung und die Umsetzung der gewünschten Ernährungsweise.

Die unterschiedlichen Ernährungsweisen bei Familie C ergeben sich in erster Linie durch die Alltagsrhythmen. So isst Herr C mittags meistens in der Kantine, der Sohn wird in der Kindergruppe versorgt. Frau C hat für ihren Arbeitstag zu Hause keine feste Mahlzeitenstruktur. In der gemeinsam verbrachten Zeit allerdings wird eine gemeinsame familiäre Ernährungsweise praktiziert. Auch wenn diese durch Spontaneität geprägt ist, versuchen sie, Frühstück und Abendessen als Familienmahlzeit zu gestalten. Gekocht wird relativ selten, gelegentlich am Wochenende. Von aktuellen Abstimmungsproblemen über die familiäre Ernährungsweise berichten beide nichts. Entscheidend für die Entwicklung des gemeinsamen Ernährungsstils war zum einen das Zusammenziehen beider Partner. So hat Herr C seinen zuvor über mehrere Jahre praktizierten Vegetarismus abgelegt. Frau C fand die Rücksicht auf den Vegetarismus des Partners im Ernährungsalltag anstrengend. Herrn C war die Abgrenzung auch irgendwann zu mühsam und es war ihm nicht mehr wichtig genug. Zum anderen hat sich die Bedeutung gesundheitlicher Aspekte für beide in gleicher Weise durch die Geburt des Sohnes entwickelt, wodurch sie ihre Ernährung kurzzeitig weitgehend auf Bioprodukte umgestellt haben.

Wie schon weiter oben beschrieben, differieren bei Familie F die einzelnen Ernährungsweisen deutlich, was durch die unterschiedlichen Prioritätensetzungen zu Stande kommt und der damit verbundenen unterschiedlichen Bereitschaft, Arbeits- und Organisationsaufwand zu betreiben. Für die familiäre Ernährungsweise steht Frau Fs Leitbild und ihre Ansprüche an die Umsetzung klar im Vordergrund. Die Entscheidung zu einer vegetarischen Ernährungsweise hat Herr F allerdings für sich allein getroffen, aus tierethischen Gründen. Dies wird von Frau F auch als leichte Einschränkung für die gemeinsame Ernährungsweise empfunden. Herr F sagt: „Das ist manchmal ein bisschen schwierig, weil ich kein Fleisch ess' und sie sich dadurch in ihrer Ideenvielfalt eingeschränkt fühlt. Deshalb haben sie mittlerweile zeitweise relativ bewusst auch mal wieder Fleisch gekocht [...] Und wenn's Fleisch gibt, lass ich's einfach weg“ (135).

Die deutlich individuellen Muster in der Ernährungsweise sind auch auf die Verantwortung jedes Familienmitglieds für die eigene Ernährung zurückzuführen. Auch die 15-jährige Tochter kümmert sich um ihre Mittagsversorgung und trifft eigene Entscheidungen. Oft isst sie dann Fertigprodukte, aber nicht, weil es ihr besser schmeckt, sondern weil es ihr nach der Schule zu anstrengend ist, sich selbst etwas zu kochen. Auf die gemeinsame, frisch gekochte Abendmahlzeit legt sie großen Wert. Die ernährungsbezogene



Arbeitsteilung hat sich in erster Linie durch die unterschiedlichen Kompetenzen und Ansprüche beider Partner entwickelt. Aufgrund von Frau Fs Unzufriedenheit mit den Kochkünsten ihres Partners hat sie diesen Part übernommen. Aus ähnlichen Gründen kümmert sie sich auch um den Einkauf von Obst und Gemüse. Herr F übernimmt alle übrigen Einkaufsarbeiten und zusammen mit der Tochter das Aufräumen nach dem Kochen und Essen.

Bei Familie G überwiegt die familiäre Ernährungsweise. Zwar nehmen alle drei Familienmitglieder unabhängig voneinander ihre Mittagsmahlzeit ein – der Sohn im Hort, Herr G in der Kantine und Frau G zu Hause –, aber bezogen auf das Leitbild einer nachhaltigen Ernährung und der entsprechenden Umsetzung gibt es weitgehend Übereinstimmung zwischen den Partnern. Das Leitbild wurde durch die familiären Vorerfahrungen zwar etwas stärker von Frau G in die Partnerschaft eingebracht, aber bezogen auf die Ernährung des Sohnes waren die Wertigkeiten bei beiden ähnlich. Auch ökologische Aspekte haben für beide schon vorm Zusammenleben eine Rolle gespielt. Bei der Umsetzung in die alltägliche Ernährungspraxis erwähnen sie keine wesentlichen Konflikte und Hemmnisse. Für die Entwicklung einer gemeinsamen Ernährungsweise haben sie die interessante Strategie entwickelt, dass der „Positive immer den Weg angibt“ (189) und so auch um Verbesserungen bemüht sind. Die Aufteilung der Verantwortung für Haushaltsarbeiten funktioniert weitgehend reibungslos, auch hierfür können sie ein Prinzip benennen. Sie wechseln sich mit den Dingen ab, die beide nicht gerne tun, ansonsten übernimmt jeder die Aufgaben, die ihr/ihm mehr liegen.

Bei Familie H werden zu einem hohen Maß individuelle Ernährungsweisen praktiziert. Diese werden in erster Linie auf unterschiedliche Bedürfnisse und Tagesabläufe zurückgeführt. Die familiäre Gemeinsamkeit spielt dabei aber durchaus eine Rolle – auch wenn Verschiedenes gegessen wird, sitzt man zumindest abends zusammen am Tisch. Familienmahlzeiten mit herausragender Bedeutung und Ritualcharakter finden in Form von gemütlichen, ausgiebigen Wochenendfrühstücken statt. Das Leitbild für eine nachhaltige Ernährungsweise hat Frau H weitgehend von ihrem Mann übernommen und die Umsetzung in die alltägliche Ernährungsweise dann mit ihm gemeinsam entwickelt. Bezüglich des Leitbilds gab es wenig Klärungsbedarf, da stimmen beide überein. Bei der Umsetzung benennen sie allerdings den wesentlichen Unterschied, dass Herr H sich vor allem beim Einkauf stärker an dem idealistischen Leitbild orientiert als Frau H, die die finanziellen Einschränkungen stärker gewichtet. Die Entscheidung über den Einkaufsort trifft aber jeder Partner für sich. Einig sind sie sich in Bezug auf die Ernährung des Sohnes. Auch wenn beiden eine gesunde und ausgewogene Ernährung wichtig ist, sind

sie sehr tolerant den Wünschen des Sohnes gegenüber und lassen ihm Freiraum bei der Wahl seiner eigenen Ernährungsweise.

Bei Familie I hatten beide Partner Interesse gegenüber einer nachhaltigen Ernährungsweise. Vor der gemeinsamen Zeit hat Frau I aus tierethischen Motiven für einige Jahre vegetarisch gelebt. Im gemeinsamen Haushalt haben beide dann zunächst ganz konventionell gekocht. Der Übergang zu einer nachhaltigen Ernährungsweise wurde anfangs eingeleitet durch einen Erzeugermarkt direkt vor ihrer Tür. Als entscheidende Umbruchsituation nennen sie die Geburt ihres ersten Kindes. Die Umsetzung des Leitbilds in den Ernährungsalltag der Familie hat in erster Linie Herr I in seinem Jahr Elternzeit entwickelt. Bei den Partnern besteht Einigkeit bezüglich der Umsetzung in eine familiäre Ernährungsweise. Zum Zeitpunkt des Interviews sind beide nicht ganz zufrieden mit der Ernährung in der Familie; sie würden beide dem Essen und der Umsetzung ihres Leitbilds im turbulenten Alltag gern (wieder) etwas mehr Priorität einräumen.

Bei der Umsetzung von Leitbildern in eine gemeinsame familiäre Ernährungsweise zeigen sich in der Untersuchungsgruppe recht deutliche Unterschiede zwischen den Haushalten, in denen eine traditionelle Arbeitsteilung praktiziert wird und allein die Frau für die Ernährungsversorgung verantwortlich ist, und den Haushalten, in denen andere, tendenziell partnerschaftliche Modelle der Arbeitsteilung existieren. In ersteren hat sich ganz klar eine gemeinsame familiäre Ernährungsweise entwickelt, die von den Frauen umgesetzt wird. Sie tragen die Ernährungsverantwortung und treffen sämtliche ernährungsbezogene Entscheidungen. Dabei beziehen sie die Bedürfnisse und Wünsche aller Familienmitglieder automatisch mit ein. Bei den Familien mit eher partnerschaftlich orientierten Arbeitsteilungsmustern zeigt sich bei den untersuchten Haushalten zum Teil ebenfalls eine weitgehend gleiche familiäre Ernährungsweise, es sind aber auch in unterschiedlichem Maße nebeneinander existierende individuelle Ernährungsmuster zu beobachten. Dabei ist die Übereinstimmung bei ernährungsbezogenen Wertorientierungen und Bedürfnissen ein entscheidender Einflussfaktor auf den Grad der Gemeinsamkeit in der familialen Ernährungsweise; von Bedeutung ist hierfür aber auch die Kompatibilität der Alltagsabläufe.

#### WAHRGENOMMENE POTENZIALE UND HEMMNISSE BEI DER UMSETZUNG DES LEITBILDS

Für die Umsetzung gerade der nachhaltigkeitsbezogenen Aspekte des Leitbilds sind mehrere Faktoren zu benennen, die von den Haushalten als Barrieren oder Grenzen wahrgenommen werden oder auch die Umsetzung unterstützen. Als besonders relevant haben sich die Determinanten Zeit bzw. Anforderungen der Haushaltsorganisation, Geld,

Geschmack, Kinder sowie Prioritätensetzungen erwiesen. Diese sollen im Folgenden auf der Grundlage des empirischen Materials dargestellt werden.

#### *Zeit/Anforderungen der Haushaltsorganisation*

Fehlende Zeit bzw. die Komplexität der Alltagsorganisation wird von mehreren Familien als Hemmnis angeführt, die gewünschte Ernährungsweise ganz nach dem entsprechenden Leitbild zu praktizieren. Bei Familie A und F bezieht sich dies in erster Linie auf das regelmäßige Kochen aus frischen Zutaten. Familie I sieht die mangelnde Zeit auch als Hemmnis für eine nachhaltige Einkaufsorganisation als Voraussetzung für optimale Mahlzeitengestaltung. Familie G wünscht sich mehr Zeit für die gemeinsame Bewältigung der Alltagsorganisation.

In den Familien B, D und E, wo die Kinder mittags regelmäßig zu Hause verpflegt werden, ist die Zubereitung der warmen Mittagsmahlzeit ein wesentlicher Fixpunkt in der Haushaltsorganisation der Mütter und Teil der täglichen Routine. Die Planung und Zubereitung der Mahlzeiten absorbiert einen beträchtlichen Teil der Zeit und wird als fester Bestandteil des Tagesablaufs gesehen. Diese Konstellation ermöglicht aber auch eine leichtere Umsetzung des Ernährungsleitbilds. Bei Familie B ist die Ernährungsversorgung sehr durch Routinen geprägt und die Mittagsversorgung der Kinder ist selbstverständlicher Bestandteil des Tagesablaufes und zentrale Aufgabe von Frau B. Die Zeit wird von ihr nicht als limitierender Faktor wahrgenommen. Frau E, der ein großer Rohkostanteil und ein abwechslungsreiches Gemüseangebot sehr wichtig sind, sieht aufgrund des Arbeitsaufwandes allerdings durchaus Grenzen, die Umsetzung ihres Leitbilds allein zu bewältigen.

#### *Geld*

Immer wieder werden finanzielle Restriktionen für die wunschgemäße Umsetzung der Ernährungsweise erwähnt. Als Einschränkung wird es in unterschiedlicher Ausprägung von fast allen Familien formuliert und bezieht sich in erster Linie auf den Kauf von Produkten aus biologischer Erzeugung. Herr C sagt: „Wir haben Freunde, die arbeiten auf'm Öko-Bauernhof, da bestellen wir uns schon mal Würstchen mit. [...] Das schmeckt einfach saugut, aber man kann sich das nicht so oft leisten“ (77). Auch die Abkehr von fast 100 % Bioprodukten in der Zeit nach der Geburt des Sohnes hatte bei Familie C in erster Linie finanzielle Gründe. Frau D und Frau F würden gern weitgehend auf konventionelle Lebensmittel verzichten, was ihnen aber aus finanziellen Gründen nicht möglich erscheint. Ähnliches formuliert Frau E: „Also im Grunde finde ich das (*Bioprodukte, Anm. d. Verf.*) ganz wichtig [...] nur wenn die Sachen dann zwei, dreimal so viel kosten, dann kaufe ich sie halt nicht. [...] Der Preisunterschied ist zum Teil schon ganz schön groß und bei uns geht alles mal fünf“ (145/189). Eine deutliche Hürde stellen die Preise auch für Familie I dar. Die besondere

Qualität der biologisch erzeugten Lebensmittel wird dabei aber von allen anerkannt und der höhere Wert geschätzt.

Bei den Familien H und G ist die Bereitschaft der Partner unterschiedlich, für die gewünschte Ernährung entsprechend Geld auszugeben, was schon mal zu Konflikten oder wenigstens zu Diskussionen führt bzw. führte. Bei Familie G ist es ein unterschiedlicher Umgang mit Geld. Die Wahrnehmung der finanziellen Spielräume ist bei beiden verschieden. Familie H führt die Diskrepanzen eher auf eine unterschiedliche Prioritätensetzung zurück. „Da gibt es schon Diskussionen, wie viel man jetzt für diese Sachen ausgeben kann... [...] Ich wollt immer mehr so dahin (*in den Naturkostladen, Anm. d. Verf.*). Also, eine andere Prioritätensetzung, ganz klar.“ (196ff.).

Die Bedeutung der entsprechenden Prioritätensetzung für die Akzeptanz höherer Preise wird besonders bei Frau F deutlich, die auch als Studentin und junge Mutter viel Wert auf Bioprodukte gelegt hat. Sie hat sie sich geleistet und dafür auf andere Dinge verzichtet. Aber auch sie nimmt heute Grenzen ihrer Bereitschaft wahr, mehr zu bezahlen. Die tatsächlich verfügbaren finanziellen Spielräume scheinen bei der Preiswahrnehmung und Bereitschaft, mehr auszugeben, keine wesentliche Rolle zu spielen. Aufgrund der erhobenen Daten und der geringen Fallzahl ist in diesem Punkt allerdings auch keine differenzierte Aussage möglich.

#### *Geschmack*

Der Geschmack wird sowohl als Argument für eine nachhaltige Ernährungsweise als auch als Hemmnis beschrieben. Dabei beziehen sich Geschmacksurteile auf Bio-Produkte oder auf die Vollwerternährung. Als Argument für eine nachhaltige Ernährungsweise wird der Geschmack klar von Familie A und Familie I angeführt. So beschreibt Herr A, dass nach der politisch motivierten Umstellung auf biologisch erzeugte Lebensmitteln nach und nach auch der Genussaspekt eine Rolle spielte. Und Herr I sagt: „An was wir uns beide erinnern können, waren die Kartoffeln, die immer dazu kamen (*in den Herkunftsfamilien, Anm. d. Verf.*) – die haben wir beide gehasst. Und das erkläre ich mir heute unter anderem so, dass es die billigsten Kartoffeln waren, die man irgendwo kaufen konnte. [...] Die gab es als Salzkartoffeln. Und seit ich selbst mal, das fing auf dem Höchster Markt an, da standen wir irgendwann vor dem Kartoffelstand und: Jetzt könnten wir eigentlich Kartoffeln kaufen. Die haben wir gemacht, gegessen und: wow! Die waren richtig gut“ (233/237).

Frau E, Frau D und Frau F berichten, dass ihnen frische, selbst zubereitete Mahlzeiten deutlich besser schmecken als Fertig- und Tiefkühlprodukte. Bei Familie H werden

geschmackliche Aspekte nicht explizit formuliert, jedoch wird eine klare Vorliebe für die Vollwerternährung deutlich, da sie von Gerichten mit Getreide und Sprossen berichten.

Auch wenn Familie A den Genussfaktor von Bio-Produkten als Pro-Argument anführt, stellt der Geschmack bei manchen Produkten auch ein Hemmnis dar, auf eine nachhaltigere Produktvariante umzusteigen. Dies ist vor allem bei stark verarbeiteten Produkten, z. B. Süßigkeiten, der Fall. Sie waren bzw. sind keine Anhänger der gesundheitsorientierten Vollwerternährung – daher begrüßen sie die Entwicklung hin zu z. B. Weißmehl- und Fertigprodukten auch in Bio-Qualität. Die Vollwerternährung bzw. Vollkornprodukte sind auch für Herrn G geschmacklich nicht attraktiv. Auch bei Familie B stellt der Geschmack zum Teil ein Hemmnis dar: „Wir kaufen das Fleisch nicht von Bioland und auch die Wurst nicht, weil streckenweise schmeckt uns das auch einfach nicht. Ich habe letztes im Naturkostladen Leberwurst gekauft, und die haben wir probiert und dann haben wir alle einmal gesagt: uuugghhh und dann ist die in den Müll gewandert“ (62).

#### *Kinder*

Bei den meisten Familien wird der Einfluss der Kinder bei der Veränderung der Ernährungsweise hervorgehoben. So war bei den Familien B, C, E, G, H und I die Geburt des ersten Kindes der oder einer der Hauptauslöser für eine Umstellung der familialen Ernährungsweise. Bei Frau F hat das Kind die Umsetzung unterstützt und gefestigt. Nur die Familien A und D sehen die Geburt des Kindes als wenig bedeutsam für die Umsetzung einer nachhaltigen Ernährungsweise. Frau D benennt die durch Geschmacksvorlieben der Kinder eingeschränkte Lebensmittelauswahl eher als Hemmnis, die Ernährungsweise der Familie nach ihren Vorstellungen optimal zu gestalten. Bei Familie I wird deutlich, dass die familiäre Umbruchsituation, die die Geburt eines Kindes auslöst, einen negativen Effekt auf den Ernährungsstil ausüben kann. Einmal entwickelte Routinen und Umsetzungsmuster werden aufgrund knapper gewordenen zeitlichen und finanziellen Ressourcen aufgebrochen und müssen sich neu einspielen. Nur mit einem entsprechenden Leitbild und Prioritätensetzung für nachhaltige Ernährung kann die Familie wieder neue Routinen für die gewünschte Ernährungsweise finden.

Abgesehen von den Einschränkungen durch Geschmacksvorlieben der Kinder, die von den Familien aber als in der Natur des Kindes liegend empfunden werden, gibt es weniger Konflikte um die familiäre Ernährungsweise als vermutet. Keine der Familien berichtet von einer Opposition der Kinder gegen die in ihrer Familie praktizierten und eventuell von der in der Peergroup propagierten Trends abweichenden Ernährungsweise. Zum Teil wird die nachhaltige Ernährungsweise auch von den Kindern als etwas Besonderes empfunden,

mit unterstützt bzw. eingefordert. Es ist zu vermuten, dass dies in Verbindung steht mit der von durchweg allen Familien formulierten Toleranz gegenüber der Ernährungsweise ihrer Kinder. So sind die Familien durchweg kompromissbereit gegenüber den Ernährungsvorlieben der Kinder. Es gibt in keiner Familie dogmatische, strikte Regeln, Einschränkungen oder Verbote für bestimmte Lebensmittel. Viele Familien berichten, dass sie ihren Kindern gelegentlich auch entgegen ihrer Überzeugung und ihren Vorlieben Wünsche erfüllen wie zum Beispiel den Besuch in einem Fast-Food-Restaurant.

Das Kochen im Alltag wird von den Müttern als nicht besonders erfüllend dargestellt. Von den Kindern kommt wenig bis keine Bestätigung für diese oft aufwendige Tätigkeit – manchmal sogar Protest. Außerdem kommt schnell Langeweile auf, da das Repertoire aufgrund der eingeschränkten Bandbreite akzeptierter Lebensmitteln gerade bei jüngeren Kindern recht klein ist. Dies wird selbst von Frau B, Frau D und Frau E berichtet, die von sich sagen, dass sie eigentlich gern kochen.

#### *Prioritätensetzung*

Die ernährungsbezogene Prioritätensetzung der einzelnen Haushaltsmitglieder sowie deren Wünsche und Bedürfnisse prägen den Ernährungsalltag und die Ernährungsweise ganz entscheidend. Diese hat einen maßgeblichen Einfluss darauf, was für die Umsetzung des jeweiligen Leitbilds in Kauf genommen wird – zum Beispiel ein höherer finanzieller oder zeitlicher Aufwand. Die klare Prioritätensetzung für bestimmte Aspekte einer nachhaltigen Ernährungsweise lässt diese zu einer Selbstverständlichkeit im Haushaltsalltag werden. So wird die finanzielle Mehrbelastung durch den Kauf von Produkten überwiegend aus biologischer Erzeugung von Familie A kaum thematisiert, Frau F drückt ihre Prioritätensetzung diesbezüglich klar aus.

Den großen zeitlichen Aufwand für die von Frau B, Frau D und Frau E täglich zubereitete warme Mittagsmahlzeit nehmen vor allem Frau B und Frau D auch deswegen in Kauf, da es für ihr eigenes Wohlbefinden sehr wichtig ist. Frau B ist auch das gemeinsame Mittagessen mit den Kindern sehr wichtig.

Ganz anders ist der Haushalt bei Familie C organisiert, bei der das Essen in der Prioritätensetzung klar hinter anderen Dingen wie der Freizeitgestaltung rangiert. Frau C hat die strikte Mahlzeitenorganisation mit festen Zeiten in ihrer Herkunftsfamilie als einengend empfunden und sich davon distanziert. Aufgrund dieser Voraussetzungen treten die Wünsche für eine nachhaltige Ernährungsweise regelmäßig wieder in den Hintergrund; die Umsetzung entspricht nicht ihren eigentlichen Vorstellungen von einer wünschenswerten Ernährung.

## 4 Schlussbetrachtung

Die fallvergleichende Analyse hat deutlich gezeigt, dass jede Familie auf der Basis ihrer familienspezifischen Grundkonstellationen charakteristische und haushaltstypische Ernährungsstile entwickelt hat – sowohl für das Leitbild eines nachhaltigen Ernährungsstils als auch für die Umsetzung desselben. Es ist aber auch deutlich geworden, dass sich bestimmte Organisationsmuster und Umsetzungsstrategien durchaus in mehreren Haushalten wiederfinden. Im folgenden Abschnitt werden die durch die Interviews gewonnen Erkenntnisse mit dem in Kapitel 2 erarbeiteten Stand der Forschung verknüpft und im Hinblick auf die erkenntnisleitenden Fragen der Arbeit interpretiert. Zusammenfassende Aussagen, die den Charakter von Hypothesen haben, werden kursiv hervorgehoben.

Aufgrund des Untersuchungsdesigns können die im Rahmen dieser Arbeit analysierten Fälle zur *Avantgarde nachhaltiger Ernährungsstile* gerechnet werden. Die grundsätzliche Bereitschaft, nachhaltige Ernährung zu praktizieren, ist bei allen Familien gegeben. Diese Grundkonstellation ermöglicht Rückschlüsse auf ursächliche und intervenierende Bedingungen für die Umsetzung einer nachhaltigen familialen Ernährungsweise. Besonderes Augenmerk soll dabei auf das Zusammenspiel zwischen individuellem Leitbild und strukturellen Rahmenbedingungen sowie auf die Interaktionen zwischen den Haushaltsmitgliedern gerichtet werden. Auf der Basis der nun folgenden Analyse können in einem weiteren Schritt Anknüpfungspunkte für gesellschaftliche und politische Handlungsstrategien identifiziert werden.

### 4.1 Diskussion der Ergebnisse

#### 4.1.1 *Einbindung eines nachhaltigen Ernährungsstils in den Familien- und Haushaltskontext*

Bei allen befragten Familien hat sich gezeigt, dass die Ernährungsversorgung ein Teil des häuslichen Handelns und eng mit diesem verwoben ist. Von den Haushalten wird die Ernährung und die mit ihr verbundenen Beköstigungsarbeiten nicht von anderen Haushaltsfunktionen und -arbeiten getrennt. Besonders in den Familien mit einer *Vollzeit-Hausfrau* steht Ernährung und Beköstigung im Mittelpunkt der Haushaltsroutinen und strukturiert diese. Haushaltsstil und Ernährungsstil stehen in einer engen Beziehung zueinander.

➔ *Der Ernährungsstil ist untrennbar mit dem Haushalt verknüpft, in dem er stattfindet.*

Ohne Berücksichtigung des Haushaltskontextes lassen sich weder individuelle noch haushaltsbezogene Ernährungsstile umfassend analysieren. Hiermit ist zum einen gemeint, dass die Ernährungsweise und die damit verbundenen Arbeiten und Planungen mit anderen Bereichen der alltäglichen Lebensführung und Haushaltsorganisation abgestimmt werden müssen und diese nicht als ein in sich geschlossener Lebens- und Organisationsbereich wahrgenommen wird. Die Haushaltsorganisation und die Versorgung der Haushaltmitglieder ist eine komplexe Aufgabe. Wenn es auch ein wichtiger Bereich ist, so ist die Ernährungsversorgung nur einer von vielen Handlungsbereichen im Haushalt.

Zum anderen wird mit der Berücksichtigung des Haushaltskontextes die jeweilige spezifische Lebenssituation des Haushalts, das strukturelle und soziale Umfeld sowie die einzelnen Haushaltsmitglieder mit ihren Einstellungen und Bedürfnissen erfasst. Bei der umfassenden Fallanalyse hat sich gezeigt, dass jede Familie eine ganz eigene und mit keiner anderen Familie vergleichbare Ernährungsweise praktiziert. Auch die zu Grunde liegenden Leitbilder und Umsetzungsstrategien sind haushaltsspezifisch. Wie es v. SCHWEITZER für die Haushaltsführung beschreibt, wird auch der Ernährungsstil eines Haushalts in erster Linie durch die Personen geprägt, die hier zusammen leben. Ihre Persönlichkeit, Lebenserfahrung, Wertorientierungen und Einstellungen sowie ihre verfügbare Ressourcen bestimmen ihre Ernährungsentscheidungen ganz grundlegend (v. SCHWEITZER 1991:127, siehe auch Kap. 2.2.1.2)

➔ *Nachhaltige Ernährungsstile sowie die ihnen zu Grunde liegenden Leitbilder haben einen haushaltsspezifischen Charakter und entwickeln sich im Kontext der biografischen Erfahrungen, der Persönlichkeit, der Lebenseinstellungen und Wertorientierungen beider Partner.*

Die ausführlichen Gespräche über Ernährungsleitbilder und ihre Hintergründe und Umsetzung legen den Schluss nahe, dass sowohl das Leitbild als auch der tatsächlich praktizierte Ernährungsstil in den meisten Fällen nicht das Ergebnis einer aktiven und reflektierten Ernährungs- und Haushaltsplanung sind. Die Leitbilder werden vor allem durch das Zusammentreffen von bestimmten Lebenseinstellungen, Wertorientierungen und Persönlichkeiten beider Partner über einen längeren Zeitraum hinweg modelliert. Dies ist in den meisten Fällen ein eher unbewusster Prozess. Dabei ist das Leitbild an sich kein bewusst vorhandenes und gezielt entwickeltes Konstrukt, sondern setzt sich eben aus den übergeordneten Wertorientierungen und Einstellungen als Maßstab für



alltägliches Handeln zusammen. Für die Umsetzung des Leitbilds in eine praktizierte/praktizierbare Ernährungsweise kommt dem Kommunikations- und Aushandlungsprozess zwischen den Familienmitgliedern ein wichtiger Stellenwert zu. Neben den oben genannten Determinanten spielen bei der Umsetzung zusätzlich die (Ernährungs-)Geschichte und Sozialisation der Partner sowie die infrastrukturellen Rahmenbedingungen eine stärkere Rolle. Auch der Einfluss der Kinder kommt hier zum Tragen. Sie können zwar durch ihre Geburt bzw. ihre Anwesenheit die Entwicklung eines Leitbilds anstoßen, in keinem der untersuchten Haushalte hatten die Kinder jedoch einen nennenswerten Anteil an der Gestaltung des Leitbilds. Dieses ging immer auf die Einstellungen und Wertorientierungen der Eltern zurück.

In der rückblickenden Beschreibung stellen die Befragten ihren Ernährungsstil als ein schlüssiges Ergebnis vieler Einflussfaktoren dar – es hat sich „eben so“ entwickelt. Diese Wahrnehmung durch die Haushalte unterstreicht die Ausführungen in Kapitel 2.2.1.2, dass ein Ernährungsstil nicht frei wählbar oder kurzfristig veränderbar ist. Er steht immer in Verbindung mit der jeweiligen milieuspezifischen Lebenssituation und ihren Bedingungen.

#### **Stellenwert von Nachhaltigkeitsaspekten bei der Alltagsversorgung**

Wie ebenfalls in Kapitel 2.2.1.2 beschrieben, ist die Alltagsorganisation in einem Familienhaushalt eine ausgesprochen komplexe Aufgabe – vieles muss hier gleichsam *unter einen Hut* gebracht werden. Die Ernährungsversorgung der Haushaltsmitglieder ist dabei eine zentrale, aber eben nicht die einzige Aufgabe. Die hier befragten Familien haben sich für ihre Ernährung Nachhaltigkeitsziele als qualitative Standards gesetzt. Die Umsetzung erfordert zum Teil einen höheren Einsatz an Zeit und Geld und führt zu kleineren Abstrichen. Es zeigt sich aber, dass besonders die Prioritätensetzung ganz entscheidend für die Umsetzung ist.

Für Familie A stehen ökologische Aspekte im Vordergrund, es ist ihnen wichtig, Bioprodukte zu kaufen. Daraus entsteht eine klare Handlungslinie als Entscheidungsgrundlage für den Alltag, die nicht mehr in Frage steht und weitgehend umgesetzt wird. Die Mehrkosten dafür nehmen sie selbstverständlich in Kauf – diese werden gar nicht weiter thematisiert. Bei Familie E ist eine ähnliche Struktur, nur mit anderen Inhalten zu beobachten: Frau E ist die abwechslungsreiche Versorgung der Familie mit frischem Obst und Gemüse sehr wichtig. Daraus entwickelt sich auch bei ihr eine klare Handlungsleitlinie. Den großen Zeit- und Organisationsaufwand hierfür nimmt sie selbstverständlich in Kauf. Der Stellenwert ökologischer Produkte ist in dieser Familie nicht so hoch angesiedelt wie bei Familie A. Den Konsum von Bio-Lebensmitteln findet

zwar auch Familie E durchaus wünschenswert, der höhere Preis stellt für sie aber ein Hindernis dar. Anders herum ist die Situation bei Familie C zu bewerten. Ihnen ist eine nachhaltige Ernährung zwar prinzipiell schon wichtig, steht aber nicht im Vordergrund ihrer Lebens- und Alltagsplanung. Sie berichten, dass sie sich immer mal wieder Veränderungen in Richtung einer ‚besseren‘ Ernährung vornehmen, die Umsetzung aber schnell wieder in den Hintergrund tritt – es scheitert an der Prioritätensetzung.

Diese drei Fälle sind nur beispielhaft beschrieben, auch bei den anderen Familien sind ähnliche Strukturen zu erkennen. Es ist also zu vermuten, dass die Umsetzung einer nachhaltigen Ernährungsweise umso umfassender erfolgt, je höher der Stellenwert ist, den eine Familie dieser beimisst. Die notwendigen Ressourcen wie Geld und Zeit spielen dabei zwar auch eine Rolle, aber die Wahrnehmung dieser Ressourcen hat dabei subjektiven Charakter. Die Prioritätensetzung wird in erster Linie von Einstellungen und Wertorientierungen bestimmt.

➔ *Prioritätensetzung für nachhaltige Ernährung entscheidet über die Intensität der Umsetzung des Leitbilds.*

Ein weiterer Aspekt ist bei dem Blick auf die Prioritätensetzung noch deutlich geworden. Dies betrifft die Prioritätensetzung innerhalb der Nachhaltigkeitsdimensionen, die sich in der Klarheit von Handlungsmaximen ausdrückt. Am Beispiel von Familie A hat sich gezeigt, dass sie durch die eindeutige Handlungsmaxime ‚Kauf ökologischer Produkte‘ einen hohen Grad der Umsetzung des Leitbilds erreichen. Bei Familie I steht der Aspekt der Regionalität im Vordergrund. Im Zweifelsfall geben sie regionalen Produkten den Vorzug vor ökologischen – auch aufgrund niedrigerer Preise. Ähnlich ist die Situation bei Familie B und E zu bewerten, die die gesundheitliche Dimension in den Vordergrund stellen und ihr Handeln daran ausrichten. Mit klaren Vorgaben wird eine Reduktion der Komplexität bei den alltäglichen Entscheidungen erreicht, führt aber auch dazu, dass die jeweils anderen Dimensionen nachhaltiger Ernährung in den Hintergrund treten. Die Umsetzung ist in den Familien, die dem Leitbild der Nachhaltigkeit in ihrer Komplexität folgen, deutlich schwerer. Die Transformation in klare Handlungsleitlinien gestaltet sich hier komplizierter und es treten immer wieder Zielkonflikte auf.

➔ *Eine Prioritätensetzung zwischen den verschiedenen Nachhaltigkeitsdimensionen reduziert die Komplexität und erleichtert die consequente Umsetzung.*

### **Verbindung zur Herkunftsfamilie**

Die unter anderem von BROMBACH (2000a; 2002b; siehe auch Kap. 2.2.2.3) beschriebene Verbindung der Ernährungsweise zu den Herkunftshaushalten lässt sich auch bei den Familien dieser Studie nachweisen. Allerdings lassen sich keine eindeutigen kausalen Zusammenhänge formulieren. Eine lineare Fortführung der aus dem Elternhaus gewohnten Ernährung ist in keinem der Haushalte zu beobachten. Nur in wenigen Fällen – bei Frau E, Frau F und Herrn H – scheint die Ernährungsweise eine logische Weiterentwicklung der Ernährung des Elternhauses zu sein. Zum Teil werden auch nur einige Elemente übernommen. So beschreibt zum Beispiel Frau C, dass ihr die vegetarische Ernährungsweise ihres Partners Probleme bereitere, da sie aus einer Familie kommt, in der viel Fleisch gegessen wurde. Auch ihre Vorliebe für Weißmehlbrötchen sieht sie hier begründet. Die Mahlzeitenorganisation ihrer Herkunftsfamilie mit extrem pünktlichen Essenzeiten lehnt sie dagegen ab und verbindet ihre spontane Ernährungsweise mit dieser Ablehnung. Auch Frau D zieht im Hinblick auf ihre eigene und die Prioritätensetzung ihres Mannes eine Verbindung zu ihren jeweiligen Herkunftsfamilien. In dem Metzgershaushalt ihrer Eltern hatte das Essen einen wichtigen Stellenwert, während es ihr Mann durch die Diäten der Mutter und der Schwestern eher als etwas Belastendes erfahren hat.

Nicht selten wird die eigene praktizierte Ernährungsweise von den Befragten aber auch als Antipode zu den Erfahrungen im Elternhaus gesehen. Herr A beschreibt die Konsum-Maxime seines Elternhauses mit *Masse statt Klasse*, gerade auch bezogen auf das Essen. Die Lebens- und Ernährungsweise der Familie heute umschreibt er hingegen mit Qualität statt Quantität. Frau A schildert ähnliche Erfahrungen aus ihrer Kindheit. Wie schon weiter oben beschrieben, ist die spontane Ernährungsweise von Frau C ein Gegengewicht zum streng reglementierten Rhythmus ihrer Herkunftsfamilie. Herr und Frau I berichten von vegetarischen oder zumindest fleischarmen Phasen ihrer Ernährungsgeschichte als Kontraposition gegen den zentralen Stellenwert von Fleisch in der Ernährung ihrer Eltern. Einige Interviewpartner stellen selbst keine besondere Verbindung zwischen ihrer momentanen Ernährungsweise und den Erfahrungen in der Herkunftsfamilie her.

➔ *Es ist nicht zu erwarten, dass die Ernährungsweise der Herkunftsfamilie fortgeschrieben wird, es bestehen jedoch auf unterschiedlichen Ebenen Verbindungen zu den Ernährungsmustern der Kindheit. Die Beeinflussung durch die gemachten Erfahrungen kann sowohl positiv als auch negativ sein.*

### **Biografische Umbruchsituationen**

Eine einmal etablierte Ernährungsweise wird aufgrund des hohen Grades an Routine- und Gewohnheitshandeln weitgehend beibehalten und nicht regelmäßig hinterfragt. Biografische Umbruchsituationen, die die unterschiedlichen Lebensabschnitte markieren, brechen die Routinen auf, es müssen sich neue Strukturen im Haushalt bilden (SCHÄFER 2003:65). Auf der Suche nach neuen Strukturen und Antworten auf neue Fragen sind die Haushalte in dieser Situation oft auch offener für Informationen von außen (REISCH 2003:203). Daher bergen diese Wendepunkte die Chance für eine Veränderung von Gewohnheiten und eingeschliffenen Verhaltensweisen. Besonders hervorzuheben ist in diesem Zusammenhang die Geburt eines Kindes, da sich in diesem Fall die Haushaltskonstellation ändert und aufgrund der neuen Rollen und Verantwortlichkeiten auch die Eckpunkte des Determinanten-Dreiecks einer Neuordnung unterliegen: „Besonderen Einfluss hat die Geburt eines Kindes, da nicht nur Verhaltensmuster, sondern auch Wahrnehmungsmuster geändert werden und Umweltorientierungen und Umweltverhalten bei Männern und Frauen steigen“ (EMPACHER/HAYN et al. 2001:8). Es kann angenommen werden, dass Familien zu diesem Zeitpunkt besonders sensibel und aufnahmefähig für Informationen von außen sind. Es ist jedoch ebenfalls anzumerken, dass die Umstrukturierung der Alltagsorganisation viel Raum einnimmt. Dadurch besteht die Gefahr der Überlastung woraus folgt, dass sich die Prioritätensetzung zuungunsten der Nachhaltigkeit verschiebt. Dann braucht es wieder einen Moment mit freien Kapazitäten, in dem dieses Thema als neues Projekt wieder angegangen wird. Beides konnte in der Studie festgestellt werden.

In allen Familien, die dem gesundheitlichen Aspekt von Ernährung einen hohen Stellenwert beimessen, ist die Schwangerschaft, die Geburt oder spätestens die Teilnahme des Kindes am Familienessen ein entscheidender Wendepunkt hin zu einer nachhaltigen oder nachhaltigeren Ernährungsweise. Entsprechende Einstellungen zu Gesundheit und Ernährung waren eventuell vorher schon vorhanden, Schwangerschaft oder Geburt waren jedoch Auslöser, um dann tatsächlich auch die Alltagspraxis zu verändern. So berichtet Herr G von Interesse an ökologischen Themen schon in der Schulzeit, aber ökologisch eingekauft habe er dann erst für den Sohn.

➔ *Schwangerschaft oder Geburt eines Kindes sind entscheidende Umbruchsituationen im Leben, bei der die Ernährung der gesamten Familie neu strukturiert wird. Ernährungsroutinen und -gewohnheiten brechen auf und formieren sich neu. Bei entsprechenden Wertorientierungen und Einstellungen kann dies den Einstieg in die Umsetzung nachhaltiger Ernährungsweisen markieren.*

Allerdings gibt es auch Aussagen, die darauf hinweisen, dass der komplexe Alltag mit Kindern auch zu einer Einschränkung der Umsetzung von schon vorher entwickelten Idealen führen kann. So empfinden Frau D und E die Geschmacksvorlieben der Kinder als einschränkend für die Umsetzung ihres Leitbilds. Zum Zeitpunkt der Befragung befand sich Familie I mit dem gerade geborenen zweiten Kind in einer Phase, in der sich alles neu einspielen muss. Wie die Familie berichtet, ist die Ernährung im turbulenten Alltag in den Hintergrund getreten. Es zeigt sich, dass die zeitliche Belastung durch ein Kind auch zu Rückschritten führen kann und die gewünschte Ernährungsweise nur durch Anstrengungen wieder in Routinen umgeformt werden kann.

#### **Auslöser/Motive für die Hinwendung zu nachhaltigen Ernährungsstilen**

In allen untersuchten Haushalten werden mehrere Motive genannt, die Auslöser für eine nachhaltige Ernährungsweise sind. Dies bestätigt die Erkenntnisse von SCHÄFER (SCHÄFER 2003:64). Eventuell steht ein Motiv oder ein Auslöser im Vordergrund, aber diese werden durch im weiteren Verlauf auftretende Motive stabilisiert (LEITZMANN/KELLER/HAHN 1999) oder wirken nur aufgrund einer bestimmten Grundkonstellation. So war bei Herrn und Frau A die ökologische Einstellung auch bezogen auf Ernährungsthemen vorhanden, in konkretes Handeln umgesetzt wurde diese aber erst mit der biografischen Umbruchsituation der gemeinsamen Haushaltsgründung. Im weiteren Verlauf hat sich ihr Konzept nachhaltiger Ernährung noch durch weitere Motive stabilisiert. Der bessere Geschmack von Bioprodukten ist dabei ein wichtiger Aspekt. Familie I nennt den Kontakt mit biologischen, regionalen Lebensmitteln durch den Markt vor der Haustür als einen wesentlichen Auslöser. Erst durch die Geburt ihres ersten Sohnes waren sie dafür offen. Auch hier berichten beide von einem schon vorher vorhandenen Interesse an ökologischen Themen. Stabilisiert hat sich die nachhaltige Ernährungsweise dann während der Erziehungszeit von Herrn I, der sich in dieser Zeit intensiv mit dem Thema *Ernährung* und der Umsetzung in die Alltagspraxis beschäftigt hat.

- ➔ *Es lassen sich zwar fallbezogen durchaus einzelne Motive für den Einstieg in nachhaltige Ernährungsweisen benennen, aber keine allgemeingültigen Ursache-Wirkung-Beziehungen herstellen.*
- ➔ *Für eine ernährungsbezogene Uorientierung sind nicht einzelne Motive oder konkrete Auslöser, sondern Motivketten verantwortlich.*

#### **4.1.2 *Haushaltsinterne Abstimmungsprozesse: Entscheidungsmuster und Umsetzungsstrategien für nachhaltige Ernährungsstile***

In einem Familienhaushalt leben mehrere Menschen unterschiedlichen Alters und Geschlechts sowie mit unterschiedlichen Einstellungen und Bedürfnissen zusammen. Die Alltagsabläufe der einzelnen Haushaltsmitglieder unterscheiden sich voneinander und werden im Haushalt zum Familienalltag verknüpft. Die sich dadurch ergebende Komplexität wurde in Kapitel 4.1.1 beschrieben. Im Folgenden stehen die haushaltsinternen Abstimmungsprozesse im Mittelpunkt. Wie unterscheiden sich die Vorstellungen von Männern und Frauen sowie von Eltern und Kindern bezüglich der Familienernährung und Aspekten der Nachhaltigkeit? Und wie werden diese zu einem gemeinsamen nachhaltigen Familien-Ernährungsstil modelliert?

##### **Gender-Aspekte**

Wie in Kapitel 2.2 ausführlich dargestellt, sind Gender-Aspekte im Kontext nachhaltiger Ernährungsweisen vor allem in zweierlei Hinsicht relevant. Zum einen ist das Geschlecht ein relevanter Einflussfaktor auf das Ernährungsverhalten einer Person (siehe Kap. 2.2.2.3). Zum anderen sind für die Erklärung familialer Ernährungsweisen die gesellschaftlich verankerte geschlechtsspezifische Arbeitsteilung und die den Frauen zugewiesene Verantwortung für Ernährung und Gesundheit von besonderer Bedeutung (siehe Kap. 2.2.1.2 und 2.2.3.1).

##### **GESCHLECHTSSPEZIFISCH GEPRÄGTE ERNÄHRUNGSWEISEN**

Die von SETZWEIN (siehe Kap.2.2.2.3) beschriebene besondere Bedeutung von Fleisch in männlichen Ernährungskonzepten lässt sich in den befragten Familien so nicht bestätigen. Bei Familie C und F sind es die Männer, die eine vegetarische Ernährung praktizieren bzw. praktiziert haben, auch unabhängig von den Frauen. In den anderen Familien kommt das Thema *Fleisch* während des Interviews gar nicht zur Sprache. Es ist davon auszugehen, dass diese Tatsache milieuspezifisch zu begründen ist: Zum einen ist Fleisch in den hier vertretenen nachhaltigkeitsnahen Milieus eher negativ belegt – sowohl bei Frauen als auch bei Männern. Zum anderen ist zu vermuten, dass die Männlichkeitskonzepte milieuspezifisch variieren und in den untersuchten Milieus der Fleischkonsum als Ausdruck von Geschlechteridentität wenn überhaupt nur eine marginale Rolle spielt. Andere geschlechtsspezifische Ernährungsvorlieben können allerdings beobachtet werden. So formuliert Herr A: „... es muss möglichst hart sein. Eines meiner, meine einzige Schwäche sind Kartoffelchips, also es muss knacken. Nichts Weiches, also ich bin nicht der Schokoladentyp“ (162). Es ist weiterhin zu erkennen, dass gesundheitliche

Aspekte für Männer in der Regel nicht im Vordergrund stehen. So sagt Herr A: „... es war nie so etwas wie Gesundheit, das hat mich nie ... bis zum heutigen Tage interessiert mich das nicht“ (40). Und Herr F berichtet: „Für einen Vegetarier bin ich sonst relativ ernährungsunbewusst [...] Das kommt natürlich ganz gut, dass sie oft frisch kocht und so, sonst wär meine Ernährung wahrscheinlich katastrophal“ (424).

➔ *In nachhaltigkeitsnahen Milieus hat der Fleischkonsum als Ausdruck männlicher Geschlechtsidentität keine zentrale Bedeutung.*

#### ERNÄHRUNGSVERANTWORTUNG

Die gesellschaftlich verankerte Ernährungsverantwortung von Frauen (siehe Kap. 2.2.3) zeigt sich auch deutlich in den befragten Familien. In fast allen Familien tragen die Frauen die Hauptverantwortung für die Gestaltung und Umsetzung der Familienernährung, zum Teil auch ganz allein. In zwei Familien sind beide Partner gleichberechtigt an der Ernährungsversorgung beteiligt. In den Familien, in denen die Kinder mittags versorgt werden müssen, sind die Frauen nicht erwerbstätig. Für alle befragten Frauen ist die nachhaltige, vor allem gesunde Ernährung der Familie wichtig, bei den Männern reicht die Palette von Desinteresse und Skepsis (Herr D und Herr B) bis hin zu großem Engagement (Herr H, Herr I). Diese Feststellung unterstützt die Aussage von FRERICHS und STEINRÜCKE (siehe Kap.2.2.3.1), dass Kochen und die Verantwortung für Ernährung bei Männern einen anderen Charakter hat als bei Frauen – Männer wählen es als freiwilliges Projekt, während es für Frauen durch gesellschaftlich vermittelte Rollenbilder eine nicht hinterfragte Pflicht darstellt (FRERICHS/STEINRÜCKE 1997:231). Auch wenn sich Frau D die stärkere Beteiligung ihres Mannes an der Ernährungsversorgung wünscht, so nimmt sie doch die Hauptverantwortung fraglos an: „Hier ist auch niemand, von dem ich erwarte, dass er kocht. Also brauche ich auch nicht unglücklich darüber sein, dass ich es dauernd tun muss“ (87).

Vor diesem Hintergrund überrascht es nicht, dass die Ernährung der Familie bei den engagierten Männern des Untersuchungskollektivs den Charakter eines persönlichen Entwicklungsprojekts hat, während die Frauen eher pragmatische Positionen einbringen. So sagt Frau I: „Bei mir ist das Kochen wie auch das Einkaufen notwendiges Übel. Du kochst richtig mit Leidenschaft manchmal. Da gibt's auch mal was Besonderes“ (219). Auch Frau H hat eher den pragmatischen Part inne, hier vor allem bezüglich der Finanzen.

➔ *Die Verantwortung für die Ernährungsversorgung der Familie wird von den Frauen ganz selbstverständlich übernommen, für Männer hat das Engagement für die Familienernährung den Charakter eines persönlichen Projektes.*

Diese Grundkonstellation hat zur Folge, dass der Zugang der Frauen zu nachhaltigen Ernährungsstilen deutlich homogener ausfällt als bei den Männern. Die Homogenität bei den Frauen zeigt sich darin, dass alle weitgehend interessiert und aufgeschlossen gegenüber der Thematik sind und eine Umsetzung in Alltagshandeln (mit) tragen. Denn durch die gesellschaftlich vermittelten Geschlechterrollen fühlen sich die Frauen, wie oben schon beschrieben, ganz selbstverständlich für die Ernährung zuständig. Vor diesem Hintergrund ist auch die deutliche Heterogenität der Männer im Umgang mit nachhaltiger Ernährung wenig überraschend. In der vorliegenden Studie reicht die Bandbreite von großem Engagement für das Thema bis hin zu Desinteresse/Gleichgültigkeit. Die gesellschaftlich verankerten, typisch männlichen Ernährungsmuster sind nicht ohne Weiteres mit dem Konzept der nachhaltigen Ernährung in Deckung zu bringen. Dass sich in dieser Studie keine ablehnenden Haltungen bei den Männern beobachten ließen, ist offenbar ein Effekt der begrenzten Milieuauswahl.

- ➔ *Einstellungen zu nachhaltigen Ernährungsstilen sind bei Frauen deutlich homogener als bei Männern.*
- ➔ *Die tatsächlich praktizierten Ernährungsweisen von Männern und Frauen unterscheiden sich in den untersuchten Milieus nicht deutlich voneinander, der Zugang zum Thema Ernährung ist aber geschlechtsspezifisch geprägt.*

#### ARBEITSTEILUNGSMUSTER

Auch wenn in den meisten Familien die Ernährungsverantwortung zum Zeitpunkt der Befragung hauptsächlich oder zumindest gleichgewichtig bei den Frauen liegt, kann nicht von einer selbstverständlichen Übernahme traditioneller Rollenbilder gesprochen werden. Die beschriebenen Konstellationen sind Momentaufnahmen, die Arbeitsteilungsmuster werden abgestimmt zwischen den jeweiligen Lebensentwürfen der Partner sowie den aktuellen Rahmenbedingungen und Lebensverhältnissen der Familie. Feste und tendenziell auf Langfristigkeit angelegte Arrangements finden sich bei Familie A, B, D und E, die eine eher klassische Arbeitsteilung praktizieren und bei Familie F und H, die den Haushalt partnerschaftlich führen. In den restlichen drei Familien werden sich die Arbeitsteilungsmuster durch den Einstieg eines Partners ins Berufsleben oder durch einen geplanten Wechsel in der Kinderbetreuung voraussichtlich noch verändern. Bei diesen Paaren wird eine partnerschaftliche Arbeitsteilung angestrebt. Wie schon in Kapitel 3.2.2.2 beschrieben, hat sich nur Familie B klar für das traditionelle Arbeitsteilungsmuster entschieden. Die Familie A, D und E haben sich vor der Familiengründungsphase eine in etwa gleichberechtigte Arbeitsteilung gewünscht. Dennoch hat es sich „so ergeben“, dass



die Frauen die Hauptverantwortung und -arbeit im Ernährungsbereich tragen. Bei Familie A war es die Möglichkeit und Bereitschaft der Frau, die Erwerbstätigkeit auf eine halbe Stelle zu reduzieren. Frau E, die momentan aus Krankheitsgründen Vollzeit-Hausfrau ist, begründet die Arbeitsteilung auch mit der mangelnden Verantwortungsübernahme durch ihren Mann. Es sind also sowohl strukturelle als auch mentale Gründe, die die geschlechtsspezifische Arbeitsteilung in Familienhaushalten stützen (EMPACHER/HAYN et al. 2001:5). Es ist weiterhin zu vermuten, dass die vertretenen Milieus auch zur Avantgarde der Lebensstile hinsichtlich des Aufbrechens geschlechtsspezifischer Arbeitsteilungsmuster zu zählen sind, da die Frauen wegen des Trends zur Eehomogenität sehr gut ausgebildet sind und die Ausübung ihres Berufes als selbstverständlich erachten. Das Hausfrauenmodell ist in diesen Milieus kein positives Leitbild für die Lebensentwürfe von Frauen.

Die Umsetzung des ursprünglichen Wunsches zu partnerschaftlicher Arbeitsteilung funktioniert in den Familien am besten, in denen der Mann Verantwortung für die Ernährungsversorgung der Familie übernimmt und das Interesse an nachhaltiger Ernährung mit der Partnerin teilt. So gestalten die Männer in den Familien mit eher partnerschaftlicher Arbeitsteilung das Leitbild und die Umsetzung nachhaltiger Ernährungsweisen maßgeblich mit. Wie hier am Beispiel von Familie H und I deutlich wird, bei denen die Männer Initiatoren einer nachhaltigen Ernährungsweise waren, ist diese Verantwortungsübernahme und das Interesse am Thema nicht eine Folge der Arbeitsteilung, sondern die Kausalität scheint anders herum gelagert zu sein:

➔ *Wenn die Männer von sich aus Verantwortung für die Ernährung der Familie übernehmen und das Thema bei ihnen einen wichtigen Stellenwert hat, ist eine partnerschaftliche Arbeitsteilung leichter umzusetzen.*

Diese Hypothese lässt sich auch durch die Beispiele von Familie D und F stützen, bei denen die Männer die Verantwortung nicht in dem Maße übernehmen, wie es für die Familie wünschenswert wäre. Bei Familie D ist dies ein Hemmnis für die partnerschaftliche Arbeitsteilung, bei Familie F wird die Ernährungsverantwortung für die Familie überwiegend von Frau F getragen, auch wenn sie ansonsten weitgehend eine partnerschaftliche Arbeitsteilung praktizieren. Eine Ausnahme stellt hier jedoch Familie A dar. Herrn A ist die nachhaltige Ernährung der Familie aus politischer Überzeugung wichtig, aber er beteiligt sich wenig an der Alltagspraxis.

Auch EMPACHER und HAYN sehen bezüglich der Umweltorientierung der Männer eine Verbindung zur Verantwortung für die Alltagsversorgung der Familie: „Je mehr Männer bereit sind, die gesamte Alltagsorganisation, nicht nur die Kinderbetreuung, mitzugestalten, desto höher ist auch ihre Umweltorientierung“ (EMPACHER/HAYN et al. 2001:7). Die von

EMPACHER/HAYN et al. durchgeführte Studie hat ebenfalls gezeigt, dass ein partnerschaftliches Geschlechtermodell für das Umwelthandeln beider Geschlechter im Alltag förderlich ist.

Weiterhin ist zu bemerken, dass die partnerschaftliche Arbeitsteilung vor allem in den Familien gut funktioniert, in denen die Kinder und eventuell auch die Partner tagsüber versorgt sind. In allen befragten Familien, in denen die Kinder mittags zu Hause essen, ist die Frau dafür zuständig. Da der Arbeits- und Zeitaufwand hierfür sehr hoch ist, lässt dies zwei mögliche Schlüsse zu: Die Vollzeitverpflegung der Familie ist nur mit einer Vollzeitarbeitskraft im Haushalt zu bewerkstelligen, aus den oben genannten strukturellen Gründen ist dies in den allermeisten Fällen die Frau. Und: Partnerschaftliche Arbeitsteilung funktioniert nur dann gut, wenn das Volumen an zu verteiler Arbeit nicht zu groß ist, als dass es nicht mit der jeweiligen Erwerbstätigkeit zu kombinieren ist. Je mehr Arbeit anfällt, desto stärker übernehmen die Frauen die Verantwortung.

#### EINFLUSS DER ARBEITSTEILUNGSMUSTER AUF DIE UMSETZUNG NACHHALTIGER ERNÄHRUNGSSTILE

Die klassische Arbeitsteilung hat bei den betreffenden Familien im Kontext einer nachhaltigen Ernährungsweise unterschiedliche Bedeutungen. So wird dies bei Familie A als eine intervenierende Bedingung wahrgenommen, da in der momentanen Konstellation die Rahmenbedingungen für gemeinsame oder zumindest wechselweise Zubereitung der Mahlzeiten und das ausgiebige Genießen der Mahlzeiten nicht gegeben ist. Bei Familie B hat das praktizierte Rollenmodell den Charakter einer ursächlichen Bedingung für die Umsetzung der gewünschten Ernährungsweise, da das Zeitbudget als Hausfrau Frau B die gewünschte Ernährungsversorgung der Familie erst ermöglicht. Bei den Familien D und E, wo die Frauen ebenfalls nicht erwerbstätig sind und viel Zeit und Energie in eine gute Ernährung der Familie investieren, entspricht diese Konstellation wiederum eher der Logik der Situation. Diese Arbeitsteilung ist von den Familien so nicht gewünscht, ergibt sich aber aus den Rahmenbedingungen wie der mangelnden institutionellen Mittagsverpflegung und der Einkommenslage bei Familie E oder dem gesundheitsbedingten Ausscheiden aus der Erwerbstätigkeit von Frau D.

➔ *Neben gesellschaftlich vermittelten Rollenbildern werden Arbeitsteilungsmuster auch durch strukturelle Rahmenbedingungen beeinflusst. Das Arbeitsteilungskonzept zwischen Mann und Frau ist für die Umsetzung nachhaltiger Ernährungsweisen relevant.*

##### AUSHANDLUNGSMUSTER

Die Abstimmungsprozesse über und die tatsächliche Praxis eines familialen Ernährungsstils wird in den Familien unterschiedlich gehandhabt. In Familie A liefert Herr A das theoretische Konzept und Frau A setzt es in die Praxis um. Bei Familie B hat Frau B die volle Verantwortung für den Ernährungsbereich, Herr B akzeptiert alle Entscheidungen und übernimmt den daraus resultierenden Ernährungsstil, auch wenn er zum Teil ihre Überzeugungen nicht teilt. Bei Familie C sind keine klaren Zuständigkeiten ausgehandelt worden. Durch die Prioritätensetzung, die institutionelle Mittagsverpflegung von Mann und Sohn und durch die spontane Ernährungsweise nimmt der Bereich der Ernährungsversorgung keinen großen Raum in der Lebensführung von Familie C ein. Konfliktpotential zeigt sich jedoch im unterschiedlichen Umgang mit Lebensmitteln und der Vorratshaltung.

Vergleichbar mit Familie B liegt auch bei Familie D die komplette Verantwortung für die Ernährungsversorgung bei Frau D. Wie unter anderem von BROMBACH (2000b:7) und STRATTON/BROMLEY (2002:104) beschrieben (siehe ausführlich Kap. 2.2.3.2), bestätigt sich auch in dieser Untersuchung die Aussage, dass die Frauen zwar die konkreten Entscheidungen treffen und die Arbeit erledigen, sich dabei aber nicht von eigenen Vorlieben und Wünschen leiten lassen, sondern die Wünsche und Bedürfnisse der Familienmitglieder mit einbeziehen. Sie sind die *Managerinnen* des Familienernährungsstils. Dies wird implizit in allen Interviews deutlich. Es scheint den meisten Frauen so selbstverständlich, dass es keiner besonderen Erwähnung bedarf. Frau D beschreibt es so: "Ich denke schon, ich entscheide das alles. Aber, eben ich richte mich nach dem Geschmack, also ich entscheid das halt, jetzt natürlich nicht so diktatorisch oder so was. Ich richte mich natürlich nach dem Geschmack und der Gesundheit aller Familienmitglieder" (202).

Wie auch BOVE/SOBAL/RAUSCHENBACH (2003) beschreiben, lassen sich unterschiedliche Strategien der Annäherung der Ernährungsweisen beider Partner beobachten. Auch das Zusammenspiel zwischen Familien-Ernährungsstil und individuellen Ernährungsstilen der einzelnen Haushaltsmitglieder ist sehr unterschiedlich. So haben sich die Partner bei den Familien A, C, F, G und H teilweise einen individuellen Ernährungsstil beibehalten. Zum Teil ist dies durch unterschiedliche Alltagsabläufe und das Außer-Haus-Essen einzelner Haushaltsmitglieder begründet, zum Teil aber auch durch unterschiedliche Bedürfnisse. So wird bei Familie H zwar gleichzeitig, aber etwas Verschiedenes gegessen. In den Familien B, D, E und I entspricht der Familien-Ernährungsstil weitgehend auch dem Ernährungsstil der einzelnen Haushaltsmitglieder.

### Die Rolle der Kinder

#### ERNÄHRUNGSERZIEHUNG IN DEN FAMILIEN

Die Art der Ernährungserziehung sowie die Einbindung der Kinder in die Ernährungsentscheidungen der Familie spiegelt deutlich das in Kapitel 2.2.3.2 beschriebene Konzept der *Aushandlungsfamilie* wider. Die von den Eltern für gut befundene Ernährungsweise wird nicht direkt auf die Kinder übertragen. In allen neun Familien wird den Kindern ein eigener Entscheidungsspielraum zugestanden und die Eltern gehen auch auf Wünsche der Kinder ein, die nicht in das Ernährungskonzept passen. Von mehreren Familien wird zum Beispiel der gelegentliche McDonalds-Besuch als Zugeständnis genannt. Weiterhin wird den Kindern zugestanden, bestimmte Dinge nicht zu essen und darauf geachtet, dass Essenswünsche der Kinder erfüllt werden. Von ausdrücklichen und kategorischen Verboten in Bezug auf die Ernährung berichtet keine Familie.

Die Toleranz gegenüber den Vorlieben des Nachwuchses hat auch strategische Gründe. Die Eltern befürchten, dass strikte Vorgaben zu Protesthaltungen und Gegenbewegungen bei den Kindern führen. „Wir haben immer Angst davor, ich glaube wie alle Eltern, dass das dann kippt, wenn du die Kinder nicht mit Reizen umgehen lassen kannst, dass die irgendwann dann da kein Ende finden“ (302). Sie bauen auf die Erziehung durch das eigene Vorbild und räumen den Kindern einen eigenen Entscheidungsspielraum ein. Auch der Aspekt der gesellschaftlichen Teilhabe der Kinder wird genannt; der Besuch mit Freunden bei McDonalds wird akzeptiert. Selbst, wenn die Ernährung für die Eltern einen relativ hohen Stellenwert hat, wird dies nicht mit Druck auf die Kinder übertragen. Ebenfalls zeigt sich mehrfach, dass der Umgang mit der Ernährung im Familienalltag kritisch reflektiert wird und Essen nicht als Strafe oder Belohnung eingesetzt wird.

So wie die Familien den Umgang ihrer Kinder mit der Ernährung schildern, scheint die Strategie der Toleranz und Freiheit auch aufzugehen. Keines der Kinder zeigt eine ablehnende Haltung gegenüber nachhaltigen Ernährungsweisen. Im Gegenteil – die Eltern der Kinder im Schulalter berichten vom Interesse der Kinder an Ernährung und den damit verbundenen gesellschaftlichen Themen. Die 15-jährige Tochter von Frau F fordert das gesunde Essen am Abend inzwischen sogar ein. Der Einfluss der Peergroup hat bei den Kindern nicht dazu geführt, die zu Hause praktizierte andere Ernährungsweise abzulehnen – wie es hätte vermutet werden können. Auffallend ist auch, dass keine Familie von Problemen beim Umgang der Kinder mit dem Essen berichtet. Weder der Süßigkeitenkonsum noch die Ablehnung von Obst und Gemüse ist ein Konfliktthema. Die einzige Einschränkung, die formuliert und schon weiter oben thematisiert wurde, ist die

durch die Vorlieben der Kinder relativ begrenzte Palette an möglichen Lebensmitteln und Gerichten.

- ➔ *Die Ernährungserziehung ist durch Toleranz gegenüber den Kindern und ihren Vorlieben geprägt. Eltern setzen stärker auf die Erziehungswirkung des eigenen Vorbildes und die Vermittlung von grundlegenden Werten wie Gesundheits- und Umweltverantwortung als auf strikte Ernährungsver- oder -gebote.*

#### VERANTWORTUNG FÜR DIE GESUNDE ERNÄHRUNG DER FAMILIE

Besonders für die Vollzeit-Hausfrauen nimmt die Ernährung einen großen Raum im Haushaltsalltag ein. Für die gesunde Ernährung ihrer Kinder nehmen sie zum Teil einen erheblichen Arbeits- und Planungsaufwand in Kauf. Frau E möchte ihre Kinder zu jeder Mahlzeit mit Gemüse oder Obst versorgen und dabei die Wünsche der Kinder berücksichtigen. Der Alltag und die Haushaltsorganisation von Frau A werden durch die Mahlzeiten strukturiert, sie stellen das Zentrum der täglichen Routinen dar. Auch für sie steht die Gesundheit der Kinder bei der Planung im Vordergrund. Bei Frau D findet sich die Bestätigung der Aussagen von CHARLES/KERR (1988:54), dass Mütter sich auf die Gesundheit der Kinder konzentrieren und ihre eigene dabei zurückstellen. „Ich habe immer so den Hang gehabt, den Kindern das Obst zuzuschieben und selbst gar nicht darüber nachgedacht, dass ich das ja auch essen könnte“ (68).

Auch die Frauen, die eigentlich gerne kochen, stellen die Verpflichtung, jeden Tag etwas gutes zu Essen auf den Tisch stellen zu müssen und dabei noch die Wünsche und Vorlieben der Kinder zu berücksichtigen, als eine monotone, anstrengende Tätigkeit dar.

- ➔ *Die Verantwortung für die gesunde Ernährung der Kinder ist besonders in den Familien, in denen die Kinder mittags zu Hause essen, eine sehr zeit- und energieaufwändige Tätigkeit, die von den Müttern als nicht sehr erfüllend empfunden wird.*

#### MAHLZEITEN

Für alle befragten Familien sind gemeinsame Mahlzeiten wichtig. Dies knüpft an die Erkenntnisse an, die auch MEIER (2004:91), BROMBACH (2000b:13) und andere auf der Grundlage ihrer Studien machen (siehe Kap. 2.2.3.1). Dementsprechend wird im Familienalltag auch versucht, diese zu realisieren. In der Regel nehmen alle Familien mindestens einmal täglich eine Mahlzeit zusammen ein, meistens das Abendessen. In manchen Familien ist auch das Frühstück eine gemeinsame Familienmahlzeit. Falls dies nicht möglich ist, da die Alltagsabläufe der Familienmitglieder zu unterschiedlich sind, so

gewinnen die Mahlzeiten am Wochenende an besonderem Gewicht. Für die Mütter, die ihre Kinder mittags zu Hause versorgen, ist die warme Mittagsmahlzeit das zentrale strukturierende Element im Alltag. Für Frau B ist es wichtig, dass die Kinder zu Hause essen, das Angebot des Kindergartens nimmt sie bewusst nicht in Anspruch. Wie die Struktur der institutionellen Angebote über Mittag vermuten lässt und wie andere Untersuchungen zeigen (BROMBACH 2000b:9; HEYER 1997:182; SELLACH 1996:106), ist die warme Mittagsmahlzeit zu Hause für Kinder eine fest verankerte gesellschaftliche Norm. In den gesellschaftlichen Milieus des Untersuchungskollektivs, in denen die Frauen akademische Ausbildungen erworben haben, löst sich diese Norm zunehmend auf.

➔ *Gemeinsame Mahlzeiten sind eine wichtige soziale Institution im Familienalltag und haben für die Haushalte einen hohen Stellenwert.*

### **4.1.3 Strukturelle Rahmenbedingungen für nachhaltige Ernährungsstile von Familien**

#### **Institutionelle Angebote für die Mittagsverpflegung**

Wie weiter oben schon dargestellt, ist der Arbeitsaufwand für die Ernährungsversorgung einer Familie vor allem dann immens, wenn die Kinder mittags versorgt werden müssen. Im Untersuchungskollektiv ist keine der Frauen berufstätig, bei denen die Kinder zum Mittagessen nach Hause kommen.<sup>54</sup> Eine nachhaltige Ernährungsweise in *Vollpension*, die qualitative Ansprüche und einen in der Regel etwas höheren zeitlichen Aufwand mit sich bringt, konnte bei den befragten Familien nur von Vollzeit-Hausfrauen bereit gestellt werden. Abgesehen von Frau B, die ganz bewusst und aus eigenem Wunsch ihre Erwerbstätigkeit mit der Geburt des ersten Kindes aufgegeben hat und der es wichtig ist, für ihre Kinder mittags zu kochen, haben alle anderen Hausfrauen diese Rolle quasi gezwungenermaßen übernommen. Mit dem Modell der in Westdeutschland üblichen Halbtagschule und dem sehr knappen Angebot an Betreuungsplätzen für Schulkinder über Mittag wird seit Jahrzehnten selbstverständlich davon ausgegangen, dass die Familie, genauer die Mutter, mittags die Ernährungsversorgung der Kinder übernimmt (MEIER-GRÄWE 2005:35). Vor der Familienphase hatten die beruflich allesamt hoch qualifizierten Frauen und auch ihre Partner den Wunsch zur egalitären Aufteilung der Alltagsverantwortung. Besonderer Knackpunkt ist hierbei das mangelnde Angebot an

---

<sup>54</sup> Mit Ausnahme von Familie F, bei der sich die 15-jährige Tochter mittags schon selbst verpflegt – allerdings nicht im Sinne einer nachhaltigen Ernährungsweise.

Nachmittagsbetreuung und Mittagsverpflegung für die Kinder. In einer Totalerhebung der Mittagsversorgung von Grundschulkindern in Gießen wurde ermittelt, dass 87 % der Schulkinder individuell in ihren Familien versorgt wurden und 13 % in Betreuungseinrichtungen gegessen haben. Sowohl Kinder als auch ihre Mütter klagten über die Qualität der Essensversorgung (HEYER 1997). In einer Studie zu Familienmahlzeiten formuliert BROMBACH: „Mittagsmahlzeiten sind den meisten Befragten so wichtig, dass eine Mehrzahl der Frauen bewusst auf eine Vollbeschäftigung verzichtet, um zur Mittagszeit zu Hause sein zu können“ (BROMBACH 2000b:9). Auch in den hier geführten Interviews zeigt sich sowohl ein quantitativer wie auch ein qualitativer Mangel, aber auch die Bedeutung von guten Angeboten:

Familie I ist zwar über die Mittagsverpflegung des Sohnes froh, die Qualität des Essens entspricht jedoch nicht ihren Vorstellungen. Die Wünsche, die sie bezüglich der Ernährung an die Kindertagesstätte ihres Sohnes hatten, ließen sich wegen mangelnden Angebots nicht erfüllen. Auch Frau E bedauert das unzureichende Angebot an Mittagsversorgung für Schulkinder. Als ihre älteren Kinder einen Ganztagsplatz in der Kindertagesstätte hatten, war sie nahezu voll berufstätig. Dies ließe sich mit den Zeiten der Schulkinder nicht vereinbaren. Sie würde gern eine entsprechende Mittagsverpflegung für ihre Kinder in Anspruch nehmen, es gibt aber im Wohnumfeld kein passendes Angebot dafür.

Eine gute Mittagsverpflegung wird von den Familien, die diese in Anspruch nehmen können, als sehr entlastend empfunden und ermöglicht entsprechende Spielräume für die Berufstätigkeit bzw. die Ausbildung beider Elternteile. Familie G und H sind mit dem Angebot der Horte weitgehend zufrieden. Familie H ist auch unter Nachhaltigkeitsgesichtspunkten mit dem Angebot ihres Hortes zufrieden: Die Versorgung hat ein soziales Bildungsprojekt übernommen und die Lebensmittel stammen weitgehend aus ökologischer Landwirtschaft. Die Bedeutung einer guten institutionellen Mittagsversorgung für die gesellschaftliche Gesundheitsprävention lässt sich sogar in dieser elitären Gruppe erahnen. Frau C schildert, dass sie sehr froh darüber ist, dass ihr Sohn in der Kindergruppe so gut versorgt wird – besser, als es die Familie leisten könnte.

Die Kinder des Untersuchungskollektivs ernähren sich vergleichsweise gesund und haben in den Eltern ein positives Vorbild für eine sinnvolle Ernährungsweise. Eine qualitativ hochwertige Ernährungsversorgung in den Betreuungseinrichtungen ist für die Kinder umso wichtiger, wenn in ihren Familien keine nachhaltige oder gesunde Ernährung praktiziert wird. Es ist davon auszugehen, dass dies in der Mehrzahl der Familien der Fall ist (MEIER-GRÄWE 2005:31).

- ➔ *Eine qualitativer und quantitativer Ausbau der institutionellen Mittagsversorgung in Kindertagesstätten und Schulen fördert die Entwicklung des Leitbilds einer nachhaltigen Ernährung und unterstützt die Familien in der Umsetzung.*

### **Infrastrukturelle Rahmenbedingungen**

Wie im Familienhaushaltssystem (v. SCHWEITZER 1991:142, siehe Abb. 2) dargestellt, sind die den Haushalt umgebenden Umfeldebene von Bedeutung für das haushälterische Handeln. Auch wenn eine umfassende Auswertung des Einflusses von Rahmenbedingungen schwierig ist, da diese zum Teil einfach als gegeben hingenommen werden, lassen sich einige Faktoren identifizieren. Für eine nachhaltige Ernährungsweise bedeutet das, dass bestimmte günstige äußere Strukturen oder vorgegebene Faktoren eine solche auslösen und stützen können. Ebenso können ungünstige Bedingungen diese auch verhindern oder erschweren. Bei Familie I war unter anderem der zufällige Kontakt mit regionalen Lebensmitteln durch einen Markt vor der Haustür ausschlaggebend für den Einstieg in eine nachhaltige Ernährungsweise. Für Familie C hat der Naturkostladen in der Nachbarschaft einen deutlich positiven Effekt auf die Ernährungsweise der Familie. Aus den gewonnenen Erkenntnissen lässt sich schließen, dass das Angebot an Lebensmitteln und Geschäften in der näheren Umgebung bei eher spontaner Haushaltsführung einen größeren Einfluss hat als in durchorganisierten Haushalten. Bei Familie B mit festen wöchentlichen Einkaufstagen und bewusst ausgewählten Einkaufsorten spielt zumindest die direkte räumliche Nähe keine ausschlaggebende Rolle, die Verfügbarkeit von biologischen Produkten vor Ort jedoch schon. Allerdings kommt an dieser Stelle noch ein weiterer Einflussfaktor für die Alltagsorganisation zum Tragen: Da Familie C nicht über ein Auto verfügt, sind die Voraussetzungen für einen großen Wocheneinkauf nicht gegeben.

Das Angebot von Naturkost-Lieferdiensten kommt den Bedürfnissen von Familienhaushalten entgegen und kann neben den nachhaltigkeitsbezogenen Aspekten ein weiteres Kaufargument für Bio-Produkte sein. Durch die Regelmäßigkeit der Lieferdienste können sie nachhaltige Ernährungsweisen stabilisieren. Familie A, D, E und H nehmen dieses Angebot gern in Anspruch.

### **Handlungsspielraum durch verfügbare Ressourcen**

Wie auch schon bei den Fallvergleichen in Kapitel 3.2.2 ausführlich beschrieben, werden knappe Zeit- und Geldressourcen als Hemmnisse bei der Umsetzung eines nachhaltigen Ernährungsstils wahrgenommen.



Es ist nicht überraschend, dass die Problematik der knappen Zeit stärker von den Familien genannt wird, in denen beide Partner erwerbstätig sind. Aber auch die Vollzeit-Hausfrauen berichten zum Teil von zeitlichen Engpässen aufgrund komplexer Anforderungen an die Haushaltsorganisation. Was konkret in den Augen der Familien zu kurz kommt, unterscheidet sich und hängt von den Prioritätensetzungen und dem jeweiligen Leitbild ab. Allerdings bezieht es sich meistens auf die Mahlzeitenvor- und -zubereitung. Den Familien fehlt die Zeit, das Essen so zu gestalten, wie es ihren Vorstellungen entspricht. Die Verwendung von Fertigprodukten wird immer als eine Notlösung und nicht als ein gleichwertiger Ersatz gesehen.

Geld als einschränkender Faktor wird in dieser Studie meist auf den Kauf von ökologischen Produkten bezogen. Bei den befragten Familien lässt sich kein deutlicher Zusammenhang zwischen der Höhe des tatsächlich verfügbaren Einkommens und dem Gefühl von Knappheit erkennen. Es ist zu vermuten, dass die Prioritätensetzung auch für die Verwendung des Einkommens deutlich zum Tragen kommt. So erinnert sich Frau F an ihre Zeit als Studentin, bei der sie deutlich weniger Geld zur Verfügung hatte, aber trotzdem ökologische Produkte gekauft hat. Auch Persönlichkeitsmerkmale, die im Rahmen dieser Arbeit nicht explizit erfasst worden sind, haben möglicherweise einen Einfluss, wie zum Beispiel das Sicherheitsbedürfnis oder die Risikobereitschaft.

Die Wahrnehmung von Knappheit hat sowohl in Bezug auf Geld als auch auf Zeit offensichtlich eine subjektive Komponente, die stark durch die Prioritätensetzungen beeinflusst wird.

➔ *Wenn die zeitlichen und finanziellen Spielräume für Familien sehr eng sind, erschwert dies die Umsetzung des Leitbilds eines nachhaltigen Ernährungsstils. Ansonsten ist die Prioritätensetzung, also Wertmuster und Einstellungen, bei der Alltagsversorgung der entscheidendere Faktor.*

#### **Politische Sozialisation – Kohorteneffekt**

Da die Leitbilder, die eine Familie für nachhaltige Ernährungsweisen entwickelt, eng mit den gesellschaftlichen Rahmenbedingungen und der Ernährungssozialisation der Partner verbunden ist, spiegeln sich in den individuellen Leitbildern auch immer gesellschaftliche Leitbilder wider. Dies zeigt unter anderem die in mehreren Familien der Studie thematisierten Sozialisationserfahrungen aus den ökologisch sensiblen 1980er Jahren. Bei Herrn A und Frau D werden die politischen Themen der 1980er Jahre ausdrücklich als Auslöser für ihre Beschäftigung mit ökologischen Fragen genannt. Auch Frau F und Herr I erwähnen den Einfluss der gesellschaftlichen Diskussion in den 1980er Jahren auf ihre

persönliche Sensibilisierung für ökologische Themen. Der gesellschaftliche Stellenwert eines Themas bestimmt haushaltsinterne Prioritätensetzungen mit. Auch andere Studien zum Umweltbewusstsein und Umweltverhalten lassen den Schluss zu, dass hier ein Kohorteneffekt zu Grunde gelegt werden kann.

➔ *Haushaltsbezogene bzw. individuelle Leitbilder korrespondieren mit gesellschaftlichen Leitbildern*

## 4.2 Handlungsstrategien

Die in der Untersuchung gewonnenen Erkenntnisse haben einen umfassenden Einblick in die Struktur der Ernährungsweise von Familienhaushalten ermöglicht. In Kapitel 4.1 konnten Antworten auf eingangs formulierte Forschungsfragen entwickelt werden. Bezogen auf die zu Beginn dargestellten Problemlagen aktueller individueller und gesellschaftlicher Ernährungsweisen widmet sich dieses abschließende Kapitel den aus der Arbeit hervorgehenden Ansatzpunkten für soziale und politische Handlungsstrategien zur Förderung nachhaltiger Ernährungsweisen.

### Kontextbezogenheit/(Re-)Kontextualisierung

Eine für alle Handlungsstrategien notwendige Voraussetzung ist die Beachtung der Kontextbezogenheit geplanter Maßnahmen. Für Strategien zur Förderung nachhaltiger Ernährungsstile bedeutet dies, dass Ernährung immer in ihrem Handlungskontext des privaten Haushalts gesehen werden muss. Aus Sicht der Haushalte sind nur die Strategien umsetzbar, die die Strukturen haushälterischen Handelns berücksichtigen und die anschlussfähig sind an den jeweiligen Alltag und die Handlungsspielräume der Haushalte. So können Widersprüche und Widerstände erkannt und ausbalanciert werden (KETTSCHAU/METHFESSEL 1997:196).

Was braucht ein Haushalt, um die Maßnahmen umzusetzen, wer im Haushalt wird die Verantwortung übernehmen? Besonders die gesellschaftliche Realität der geschlechtsspezifischen Arbeitsteilung muss hier berücksichtigt werden, um eine *Feminisierung der Verantwortung* zu vermeiden.<sup>55</sup> Da es viele verschiedene

---

<sup>55</sup> CHARLES und KERR schreiben dazu: „Currently, nutrition education is aimed at women. We would argue that this, far from leading to healthy transformation in families' diets actually increases the burden of guilt carried by women. This is because they are usually unable to follow or even accept the advice that they are given because it does not fit in with the lived reality of providing food on a daily basis for their family” (CHARLES/KERR 1988:236).

Ausprägungen von Haushalts- und Ernährungsstilen gibt, ist auch eine Differenzierung unter sozialstrukturellen Aspekten nötig. Durch die Normativität des Themas *Nachhaltigkeit* sind besonders auch Einstellungen und Wertorientierungen zu berücksichtigen. Die Anschlussfähigkeit an die Alltagspraxis ist auch für den Erfolg von Kommunikationsstrategien entscheidend. REISCH weist an dieser Stelle auf die besondere Chance von biografischen Umbruchsituationen hin (REISCH 2003:203). Eine Beteiligung der Haushalte bei der Entwicklung von Qualitätskriterien und Zielvorstellungen sowie bei der Gestaltung von Rahmenbedingungen ist dabei unerlässlich. Die Haushaltswissenschaft ist in diesem Punkt besonders gefragt, ihr Wissen, ihre Kompetenzen und Erfahrungen in die Strategieentwicklung einzubringen.

#### **Gendersensible und alltagspraktische Ernährungsbildung und -erziehung**

Viele im Rahmen der Studie gewonnene Erkenntnisse deuten auf die besondere Bedeutung der Ernährungsbildung und -erziehung hin. So ist die durchgängige Bedeutung der entsprechenden Prioritätensetzung für die praktische Umsetzung von nachhaltigen Ernährungsweisen zu nennen. Im biographischen Rückblick steht die Prioritätensetzung mit einer entsprechenden Sozialisation in Verbindung – zum Teil durch das Elternhaus, zum Teil aber auch durch andere Sozialisationsinstanzen. Weiterhin zeigt sich, dass Kinder, die mit nachhaltigen Ernährungsweisen aufwachsen, diese als *normal* akzeptieren, auch, wenn das Umfeld bzw. die Peergroup sich anders ernährt. Um nachhaltige Ernährungsweisen auch an Kinder aus Familien der *nachhaltigkeitsfernen* Milieus zu vermitteln, sind Kindertagesstätten und Schulen als Sozialisationsinstanzen von großer Bedeutung. Der Einfluss der gesellschaftlichen und innerfamiliären Arbeitsteilung auf die Umsetzung von nachhaltigen Ernährungsweisen weist auf die besondere Bedeutung eines gendersensiblen Umgangs bei der Vermittlung von Ernährungs- und Alltagskompetenzen hin.

Ernährung ist ein alltägliches Geschehen, das nicht nur in Haushalten, sondern auch in allen Bildungsinstitutionen (Kindertagesstätten, Schulen) stattfindet. Zur Zeit ist dies in den meisten Fällen nicht nachhaltig gestaltet. Es finden sich vielfältige Argumente und Anknüpfungspunkte für eine Umgestaltung:

- Ernährung ist eine zentrale Grundlage für die physische und psychische Entwicklung von Kindern und deren Gesundheit, Wohlbefinden und Aufnahmefähigkeit. Darüber hinaus kann eine optimale Ernährungsweise die Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit von SchülerInnen steigern. Die Tatsache, dass sich Ernährungsgewohnheiten und -vorlieben schon in den ersten Lebensjahren entwickeln (MEIER-GRÄWE 2005:32; DIEHL 1986:11ff.), unterstützt

die Forderung nach einer nachhaltigen Gestaltung der täglichen Ernährung in Kitas und Schulen.

- Ernährung ist ein komplexes Handlungsfeld, für eine nachhaltige Gestaltung bedarf es umfassender praktischer und theoretischer Kompetenzen, die nicht automatisch innerhalb der Familien weitergegeben werden (MEIER-GRÄWE 2005:31). Schon Kindertagesstätten müssen an dieser Stelle ihre Funktion als Bildungsinstitution ausbauen und Kindern Ernährungskompetenzen vermitteln. In einem davor gelagerten Schritt bedeutet dies, dass nachhaltige Ernährung und deren Vermittlung sowohl in der ErzieherInnen- als auch der LehrerInnenausbildung einen entsprechenden Stellenwert bekommen. Ernährung ist ein spannendes Lernfeld, welches sowohl verschiedene naturwissenschaftliche Herangehensweisen als auch die Bearbeitung gesellschaftlicher Fragestellungen ermöglicht.
- Es hat sich gezeigt, dass die immer noch geschlechtsspezifische Zuweisung der Haushalts- und Ernährungsverantwortung an Frauen der Umsetzung nachhaltiger Ernährungsweisen nicht zuträglich ist. Vor diesem Hintergrund ist es besonders wichtig, Alltags- und Ernährungskompetenzen auch Jungen zu vermitteln. In diesem Zusammenhang bedarf es der Auseinandersetzung mit allgemeinen und ernährungsbezogenen Geschlechtsstereotypen, den geschlechtsspezifischen Normen und der gesellschaftlichen Arbeitsteilungsmuster.

Eine umfassende Bildung für nachhaltige Ernährung vermag sicher keinen radikalen Umbruch der Ernährungsweisen in den jeweiligen Herkunftshaushalten bewirken, da die Kinder nur einen Teil der Gestaltungsmacht der Familienernährungsstile innehaben. Allerdings ist zu erwarten, dass durch eine stringente Umsetzung einer nachhaltigen Ernährung und die Vermittlung des entsprechenden Bildungshintergrundes eine Veränderung des gesellschaftlichen Leitbilds für nachhaltige Ernährung eintritt. Dieses steht wiederum in enger Beziehung mit der Entwicklung individueller Ernährungsleitbilder. Abgesehen davon hat Bildung für Ernährung den langfristigen Effekt, dass die SchülerInnen wichtige Kompetenzen für ihre spätere Haushalts- und Ernährungsgestaltung mitnehmen.

#### **Quantitative und qualitative Verbesserung des institutionellen Ernährungsangebots**

Einen entscheidenden Beitrag für nachhaltigere Ernährungsweisen kann eine quantitativ wie qualitativ bessere Versorgung mit (Mittag-)Essen in den Betreuungseinrichtungen und auch am Arbeitsplatz leisten. Denn:

- Nicht nur die theoretische und praktische Bildung für nachhaltige Ernährung in Schulen und Kindertagesstätten ist wichtig. Gerade auch die alltägliche Ernährungspraxis in den Einrichtungen ist von prägender Bedeutung. Das theoretisch vermittelte Ernährungswissen wird nur dann glaubwürdig, wenn es auch entsprechend in den Einrichtungen praktiziert wird. Ein nachhaltiges Mittagsangebot am Arbeitsplatz ermöglicht es Berufstätigen, eine entsprechende Ernährungsweise zu praktizieren und unterstützt die Bildung eines gesellschaftlichen Leitbilds. „Die Entwicklung von Qualitätsstandards für die Ernährungsversorgung in öffentlichen Einrichtungen wie in Kindergärten, Schulen oder in Ausbildungseinrichtungen stellt somit einen wichtigen Beitrag zur Wahrnehmung der öffentlichen Verantwortung für das Aufwachsen von Kindern und Jugendlichen und zu ihrer Gesundheitsprävention dar“ (MEIER-GRÄWE 2005:37).
- Nachhaltige institutionelle Ernährungsangebote sind eine wichtige Unterstützung für die Alltagsversorgung in den Haushalten. Die Untersuchung hat deutlich gezeigt, dass die komplexe, zeitaufwändige Ernährungsversorgung der Familie nicht nachhaltig zu bewerkstelligen ist, wenn beide Elternteile berufstätig sind und eins oder mehrere Kinder mittags versorgt werden sollen. Mit einer qualitativ hochwertigen Mittagsverpflegung in den Betreuungseinrichtungen der Kinder ist Berufstätigkeit und Familie auch mit nachhaltigem Anspruch zu vereinbaren.

#### **Biografische Umbruchsituationen**

Es ist deutlich geworden, dass biografische Umbruchsituationen einen entscheidenden Zeitpunkt bei der Entwicklung von nachhaltigen Ernährungsstilen in Familienhaushalten markieren. Alte Gewohnheiten brechen auf und es müssen sich neue Routinen entwickeln. An dieser Stelle können auch die dem Handeln zugrunde liegenden Leitbilder und Einstellungen auf ihre Gültigkeit überprüft werden. Besonders die Geburt eines Kindes erweist sich als ein häufiger Wendepunkt in Richtung nachhaltige Ernährungsstile, da gerade gesundheitsrelevante Verhaltensweisen hinterfragt werden. Mit der Geburt des ersten Kindes entwickelt sich ein Familien-Ernährungsstil, der sich deutlich von den vorher praktizierten Mustern unterscheiden kann. Außerdem ist die Familie aufgrund der Umorientierung an dieser Stelle offener für Informationen von außen. Um die Familienhaushalte zu erreichen, scheint es daher erfolgversprechend, nachhaltige Ernährung in Geburtsvorbereitungs- und Rückbildungskursen sowie in Krabbelgruppen zu thematisieren. Als weitere bedeutende Umbruchsituationen haben sich der Auszug aus dem Elternhaus und die Bildung eines gemeinsamen Haushalts herauskristallisiert.

### **Gesellschaftliche Leitbilder für nachhaltige Ernährung**

Dieser Punkt setzt an der Normativität des Leitbilds für nachhaltige Ernährungsstile an. Da die Leitbilder der Haushalte immer mit gesellschaftlichen Leitbildern korrespondieren, ist eine Thematisierung gerade auf dieser Ebene entscheidend. Gesellschaftliche Leitbilder werden unter anderem geprägt durch politische Entscheidungen und medienvermittelte Wertorientierungen. Besonders für den außengesteuerten dynamischen Lebensstandard sind gesellschaftliche Leitbilder von besonderer Bedeutung. Ohne eine breite Diskussion und Umorientierung von gesellschaftlichen Ernährungsleitbildern im Sinne des v. SCHWEITZERSchen prädikativen Lebensstandards (politisch gewollt, ökonomisch und haushälterisch machbar, ökologisch sinnvoll und sozial akzeptiert) ist nicht zu erwarten, dass sich auf der Haushaltsebene nachhaltige Leitbilder in größerem Ausmaß entwickeln werden. Für wirksame Strategien bedarf es an dieser Stelle einer Analyse ökonomischer Machtverhältnisse und Interessenskonflikte.

Die Bedeutung normativer gesellschaftlicher Leitbilder wird auch im Kontext von Verbraucherbildung betont (KETTSCHAU/METHFESSEL 1997; HANSEN/SCHRADER 1999). KETTSCHAU/METHFESSEL beschreiben dabei auch partnerschaftliche Haushaltsführung als wesentliches Element des prädikativen Lebensstandards (EBD. 1997:199).

### **4.3 Offene Forschungsfragen**

Für ein umfassendes Verständnis von den Chancen und Grenzen nachhaltiger Ernährungsweisen in Familienhaushalten konnten im Kontext der vorliegenden Arbeit bei weitem nicht alle relevanten Aspekte analysiert werden. Abgesehen von der quantitativen Prüfung der in Kapitel 4.2 entwickelten Hypothesen bedarf es einer weiteren Erschließung des Handlungsfelds der Ernährung im Alltag. Folgende Fragestellungen, die sowohl qualitativ als auch quantitativ beantwortet werden sollten, knüpfen an die vorliegenden Erkenntnisse an.

- Welche Ansatzpunkte für nachhaltige Ernährungsweisen bieten sich in anderen Haushaltsformen und Milieus?
- Welche konkreten Leitbilder liegen den aktuell praktizierten gesellschaftlichen Ernährungsstilen zugrunde?
- Welches sind die Leitbilder der Ernährungserziehung in verschiedenen gesellschaftlichen Milieus?

- Ernährungsbezogene Alltagskompetenzen: Was ist darunter zu verstehen? Welche Kompetenzen sind unerlässlich? Wie lassen sie sich vermitteln und was hat sich diesbezüglich mit der Industrialisierung verändert?
- Wie entsteht Ernährungsverantwortung? Welche geschlechtsspezifischen Unterschiede zeigen sich dabei?
- Welche Anforderungen muss eine im Sinne nachhaltiger Ernährung positive Ernährungssozialisation von Kindern erfüllen? Wie kann die Zusammenarbeit der verschiedenen Sozialisationsinstanzen dabei gestaltet werden?
- Wie unterscheiden sich die Ernährungsleitbilder von Männern und Frauen?
- Auf welche Weise stehen gesellschaftliche und individuelle/haushaltsbezogene Leitbilder miteinander in Verbindung? Lässt sich der Kohorteneffekt bestätigen?
- Wie verändert sich das Haushaltssystem durch biografische Umbruchsituationen und welchen Einfluss hat dies auf die Ernährungsweise?

## 5 Zusammenfassung

In dieser Arbeit werden Umsetzungsstrategien für nachhaltige Ernährungsweisen in Familienhaushalten analysiert. Der Fokus ist dabei zum einen auf die Entwicklung eines entsprechenden Ernährungsleitbilds der Familien und zum anderen auf dessen praktische Umsetzung in den Ernährungsalltag gerichtet. Besondere Aufmerksamkeit wird dabei den Aushandlungsprozessen zwischen den Familienmitgliedern gewidmet.

Um ein umfassendes Verständnis über die Hintergründe und Möglichkeiten nachhaltiger Ernährungsweisen im Familienalltag zu gewinnen, wurden qualitative Leitfaden-Interviews in neun Familienhaushalten durchgeführt, die dem Leitbild einer nachhaltigen Ernährung folgen oder zu folgen versuchen. In einem ersten Schritt wurde für jeden Familienhaushalt eine ausführliche Fallanalyse erstellt. Diese erfasst sowohl das haushaltsspezifische Ernährungsleitbild als auch die Umsetzung desselben in den familiären Ernährungsalltag. In einem zweiten Schritt wurden mit Hilfe von Fallvergleichen strukturelle Gemeinsamkeiten und Unterschiede ermittelt, die übergeordnete Schlussfolgerungen ermöglichen.

Es ist deutlich geworden, dass nachhaltige Ernährungsweisen nicht aus dem Kontext des jeweiligen Haushalts zu lösen sind und untrennbar mit der Ernährungsgeschichte, Persönlichkeit und Lebenseinstellung aller Haushaltsmitglieder in Verbindung stehen. Für die Entwicklung von nachhaltigen Ernährungsweisen lassen sich keine allgemeingültigen Ursache-Wirkung-Zusammenhänge ermitteln. Hier handelt es sich um ein Zusammenspiel von bestimmten Grundkonstellationen und konkreten Auslösern und Motiven. Die Grundkonstellation ergibt sich durch Wertmuster und Lebenseinstellungen, aber auch durch gegebene Lebenslagen und vorhandene Ressourcen. In Bezug auf Auslöser und Motive konnte ermittelt werden, dass es meist Motivketten und keine Einzelereignisse sind, die zu einer Umstellung auf nachhaltige Ernährungsweisen führen. Besonders hervorzuheben sind in diesem Zusammenhang jedoch biographische Umbruchsituationen wie die Geburt der Kinder.

Da die Alltagsgestaltung von Familienhaushalten sehr komplex ist, hat die Prioritätensetzung für nachhaltige Ernährung einen entscheidenden Einfluss auf die Umsetzung des Leitbilds in die tägliche Ernährungspraxis. Die Ergebnisse der Untersuchung lassen weiterhin den Schluss zu, dass das Engagement beider Partner für eine nachhaltige Ernährungsversorgung die praktische Umsetzung im Alltag erleichtert. Partnerschaftliche Arbeitsteilungsmuster wiederum werden durch gute institutionelle Angebote zur Kinderbetreuung unterstützt.



Für die Entwicklung eines gesellschaftlichen Leitbilds für nachhaltige Ernährungsweisen und für die Unterstützung der Familien bei der Umsetzung dieses Leitbilds bedarf es sowohl des quantitativen als auch qualitativen Ausbaus der institutionellen Ernährungsversorgung von Kindern, die mit einer alltagsnahen Ernährungserziehung gekoppelt ist. Zur Auflösung geschlechtsspezifischer Arbeitsteilungsmuster im Ernährungsbereich ist eine gendersensible Gestaltung der Bildungsangebote unerlässlich.

## 6 Summary

This thesis analyses implementation strategies of sustainable diets in family households. The focus lies both on the development of a corresponding dietary model within the family and on its practical integration into the family's daily dietary routines. Special attention will be given to the processes of communication among the family members.

To gain a coherent understanding of the backgrounds and possibilities of sustainable diets in family life, guided interviews have been conducted in nine family households which follow, or try to follow, the principles of a sustainable diet. First, a detailed case analysis has been carried out for each family household. This includes the specific dietary model of each household as well as its integration into the family's daily dietary routines. Second, structural similarities and differences have been determined based on case comparisons, which allow generic conclusions.

The results show that sustainable diets cannot be separated from the context of the individual household and are inseparably linked with all household members' dietary histories, personalities and attitudes towards life. For the development of sustainable diets no general cause and effect correlation can be established, it is the interaction of certain basic circumstances and concrete triggers and motives. The basic circumstances are determined by value patterns and attitudes towards life, but also by the given living situation and available resources. Concerning triggers and motives it can be said that it is usually a chain of motives rather than isolated events. Particularly important in this context are, however, profound biographical changes such as the birth of children.

As the arrangements of everyday life in family households are very complex, the prioritisation of a sustainable diet has a decisive influence on the integration of the model into the daily dietary routines. Furthermore, the results of the study allow the conclusion that the commitment of both partners to a sustainable diet facilitate the practical integration into everyday life. An extensive network of child care institutions supports patterns of equality between partners concerning the division of labour.

The development of a social model of a sustainable diet and the support of families in the implementation of this model is only possible if a quantitative and qualitative extension of the institutional provision of meals for children is achieved, combined with forms of dietary education that are suitable for daily life. To overcome gender specific patterns in the division of labour within the dietary field a gender-sensitive approach to the education programmes is essential.

## Literaturverzeichnis

- ABT, H. G. (1996): Geschlechtsspezifische Arbeitsteilung in Familienhaushalten und Nutzung außerhäuslicher Nahrungsangebote. In: KUTSCH, T.; WEGGEMANN, S. (Hrsg.): Ernährung in Deutschland nach der Wende. Veränderungen in Haushalt, Beruf und Gemeinschaftsverpflegung. Bonn:323-331
- ALISCH, K.; WINTER, E.; ARENTZEN, U. (Hrsg.) (2000): Gablers Wirtschaftslexikon. Wiesbaden
- ALVENSLEBEN, R. v.; BRUHN, M. (2001): Verbrauchereinstellungen zu Bioprodukten. Ergebnisse einer neuen Langfriststudie. [[www.uni-kiel.de/agrarmarketing/Lehrstuhl/maikebiohoch.pdf](http://www.uni-kiel.de/agrarmarketing/Lehrstuhl/maikebiohoch.pdf) 17.05.2003]
- ARN, C. (2000): HausArbeitsEthik. Strukturelle Probleme und Handlungsmöglichkeiten rund um die Haus- und Familienarbeit in sozialetischer Perspektive. Zürich
- BARLÖSIUS, E. (1999): Soziologie des Essens. Eine sozial- und kulturwissenschaftliche Einführung in die Ernährungsforschung. Grundlagentexte Soziologie. Weinheim, München
- BAYER, O.; KUTSCH, T.; OHLY, H.P. (1999): Ernährung und Gesellschaft. Forschungsgegenstand und Problembereiche. Opladen
- BECKER-SCHMIDT, R.; KNAPP, G.-A. (Hrsg.) (1995): Das Geschlechterverhältnis als Gegenstand der Sozialwissenschaften. Frankfurt a.M./New York
- BELTON, P. S.; BELTON, T. (Hrsg.) (2003): Food, Science and Society. Exploring the Gap Between Expert Advice and Individual Behaviour. Berlin et al.
- BERGER, P.; LUCKMANN, T. (1987): Die gesellschaftliche Konstruktion der Wirklichkeit. Eine Wissenssoziologie. Frankfurt/M.
- BERGMANN, K. (1999): Industrielle Lebensmittel - Hoher Wert und schlechtes Image. Berlin
- BIO-VERLAG (Hrsg.) (2006): Unterschiede zwischen Bio-Käufern und Bio-Nichtkäufern in den für den Biomarkt wichtigsten Sinus-Milieus®. Aschaffenburg
- BODENSTEDT, A. A.; OLTERSDORF, U. (1983): Erfassung und Deutung des menschlichen Ernährungsverhaltens. „Ernährungs-Muster-Studie in Gießen“ (EMSIG). Gießen
- BOVE, C.F.; SOBAL, J.; RAUSCHENBACH, B.S. (2003): Food Choices among newly married couples: convergence, conflict, individualism, and projects. In: Appetite 40:25-41
- BRAND, K.-W. (Hrsg.) (2002): Politik der Nachhaltigkeit – Voraussetzungen, Probleme, Chancen – eine kritische Diskussion. Berlin
- BRAND, K.-W.; BRUMBAUER, T.; SEHRER, W. (2003): Diffusion nachhaltiger Konsummuster. Am Beispiel des lokalen Agenda-Prozesses in München. München
- BROCKHAUS LEXIKONREDAKTION (Hrsg.) (2001): Der Brockhaus Ernährung. Gesund essen, bewusst leben. Leipzig
- BROMBACH, C. (2002a): Der ganz „normale“ Ess-Alltag – Prolegomena zu einer qualitativen Studie über Essen und Trinken im Familienalltag. In: Hauswirtschaft und Wissenschaft 50/4:169-175
- BROMBACH, C. (2002b): Mahlzeitenverhalten von Familien im Verlauf von drei Generationen. Vortrag auf dem DGE-Kongress in Jena, März 2002

- BROMBACH, C. (2000a): Ernährungsverhalten im Lebensverlauf von Frauen über 65 Jahren. Eine qualitativ biographische Untersuchung. Gießen
- BROMBACH, C. (2000b): Mahlzeit – (H)Ort der Familie?! Eine empirische Deskription von Familienmahlzeiten. In: Internationaler Arbeitskreis für Kulturforschung des Essens (IAKE) Mitteilungen. 7:2-13
- BROWN, L.J.; MILLER, D. (2002): Couples' Gender Role Preferences and Management of Family Food Preferences. In: Journal of Nutrition Education and Behaviour 34:215-223
- BRÜSEMEISTER, T. (2000): Qualitative Forschung. Ein Überblick. Hagener Studentexte zur Soziologie. Opladen
- BRUNNER, K.-M., SCHÖNBERGER, G. U. (Hrsg.)(2005): Nachhaltigkeit und Ernährung. Produktion – Handel – Konsum. Frankfurt/M., New York
- BRUNNER, K.-M. (2005): Konsumprozesse im alimentären Alltag: Die Herausforderung Nachhaltigkeit. In: BRUNNER, K.-M., SCHÖNBERGER, G. U. (Hrsg.): Nachhaltigkeit und Ernährung. Produktion – Handel – Konsum. Frankfurt/M., New York:191-221
- BRUNNER, K.-M. (2003): Konsumprozesse im Ernährungsfeld: Eine bisher vernachlässigte Thematik im Nachhaltigkeitsdiskurs. In: SCHERHORN, G., WEBER, C. (Hrsg.): Nachhaltiger Konsum. Auf dem Weg zur gesellschaftlichen Verankerung. München:257-267
- BRUNNER, K.-M. (2001): Zukunftsfähig essen? Kommunikation über Nachhaltigkeit am Beispiel des Handlungsfeldes Ernährung. In: FISCHER, A.; HAHN, G. (Hrsg.): Vom schwierigen Vergnügen einer Kommunikation über die Idee der Nachhaltigkeit. Frankfurt/M.:207-228
- BUCHEN, J.; BUCHHOLZ, K.; HOFFMANN, E. et al. (Hrsg.) (1994): Das Umweltproblem ist nicht geschlechtsneutral. Bielefeld 152-167
- BUND/MISEREOR (Hrsg.) (2002): Wegweiser für ein zukunftsfähiges Deutschland. München
- BUND/MISEREOR (Hrsg.) (1996): Zukunftsfähiges Deutschland. Ein Beitrag zu einer global nachhaltigen Entwicklung. Basel, Boston, Berlin
- BUNDESMINISTERIUM FÜR BILDUNG UND FORSCHUNG (Hrsg.) (2002): Sozial-ökologische Forschung. Ergebnisse der Sondierungsprojekte aus dem BMBF-Förderschwerpunkt. München
- BUNDESMINISTERIUM FÜR FAMILIE, SENIOREN, FRAUEN UND JUGEND (2006): Gender Mainstreaming. Frauen und Männer im Alltag. [[www.gender-mainstreaming.net/gm/frauen-und-maenner-im-alltag.did=13480.html](http://www.gender-mainstreaming.net/gm/frauen-und-maenner-im-alltag.did=13480.html)] 29.09.2006]
- BUNDESMINISTERIUM FÜR FAMILIE, SENIOREN, FRAUEN UND JUGEND; STATISTISCHES BUNDESAMT (Hrsg.) (2003):Wo bleibt die Zeit? Die Zeitverwendung der Bevölkerung in Deutschland 2001/02. Wiesbaden
- BUNDESMINISTERIUM FÜR UMWELT, NATURSCHUTZ UND REAKTORSICHERHEIT (Hrsg.) (1992): Agenda 21. Konferenz der Vereinten Nationen für Umwelt und Entwicklung im Juni 1992 in Rio de Janeiro. Dokumente. Bonn
- BZGA (BUNDESZENTRALE FÜR GESUNDHEITLICHE AUFKLÄRUNG) (Hrsg.) (2006): Essstörungen. Informationen für Betroffene, Angehörige, Fachleute und allgemein Interessierte [[http://www.bzga-essstoerungen.de/allgemeine-infos/zu\\_dick\\_oder\\_zu\\_duenn/schoenheitsideale.htm](http://www.bzga-essstoerungen.de/allgemeine-infos/zu_dick_oder_zu_duenn/schoenheitsideale.htm)] 26.09.2006]
- CHARLES, N.; KERR, M. (1988): Women, food and families. Manchester

- CLAUPEIN, E., OLTERS DORF, U., WALKER, G. (2001): Zeit fürs Essen – Deskriptive Auswertung der Zeitbudgeterhebung. In: Statistisches Bundesamt, Spektrum Bundesstatistik, 17:202-213
- COENEN, R.; GRUNWALD, A. (Hrsg.) (2003): Nachhaltigkeitsprobleme in Deutschland. Analyse und Lösungsstrategien. Berlin
- COVENEY, J. (1999): The Government of Table: Nutrition Expertise and the Social Organisation of Family Food Habits. In: GERMOV, J.; WILLIAMS, L. (Hrsg.): A Sociology of Food and Nutrition. The Social Appetite. Oxford:2259-275
- DIEHL, J. (1993): Ernährungspsychologie. In: KUTSCH, T. (Hrsg.): Ernährungsforschung interdisziplinär. Darmstadt:69-97
- DIEHL, J. (1986): Ernährungspsychologie. Eschborn
- DIEKMANN, A. (1996): Empirische Sozialforschung. Grundlagen, Methoden, Anwendungen. Reinbek
- DIETZEN, A. (1993): Soziales Geschlecht. Soziale, kulturelle und symbolische Dimensionen des Gender-Konzeptes. Opladen
- DIEZINGER, A. (2004): Alltägliche Lebensführung. Die Eigenlogik alltäglichen Handelns. In: BECKER, KORTENDIEK (Hrsg.): Handbuch der Frauen- und Geschlechterforschung. Wiesbaden:204-208
- DTI (DEUTSCHES TIEFKÜHLINSTITUT) (2005): Pizza ohne Grenzen. [[http://www.tiefkuehlkost.de/presse/meldungen/pm\\_2005\\_005.html](http://www.tiefkuehlkost.de/presse/meldungen/pm_2005_005.html)] 03.04.2006]
- DUDEN (1997): Das Herkunftswörterbuch. Etymologie der deutschen Sprache. Mannheim, Leipzig et al.
- DUNCKER, C. (1998): Dimensionen des Wertewandels in Deutschland. Eine Analyse anhand ausgewählter Zeitreihen. Frankfurt/M.
- EMPACHER, C.; HAYN, D. (2005): Ernährungsstile und Nachhaltigkeit im Alltag. In: BRUNNER, K.-M., SCHÖNBERGER, G. U. (Hrsg.): Nachhaltigkeit und Ernährung. Produktion – Handel – Konsum. Frankfurt/M., New York:222-239
- EMPACHER, C.; HAYN, D.; SCHULTZ, I. U.A. (2002): Die Bedeutung des Geschlechtsrollenwandels. In: UMWELTBUNDESAMT (Hrsg.): Nachhaltige Konsummuster. Ein neues umweltpolitisches Handlungsfeld. Berlin:182-214
- EMPACHER, C.; HAYN, D. (2001): Sind Frauen besser? Die Relevanz der Alltagsgestaltung für nachhaltiges Konsumverhalten. In: Politische Ökologie 70 AGender 21:37-38
- EMPACHER, C.; HAYN, D.; SCHUBERT, S. et al. (2001): Analyse der Folgen des Geschlechtsrollenwandels für Umweltbewusstsein und Umweltverhalten. Endbericht. Frankfurt/M.
- EMPACHER, C.; GÖTZ, K.; SCHULTZ, I.; BIRZLE-HARDER, B. (Hrsg.) (2000): Demonstrationsvorhaben zur Fundierung und Evaluierung nachhaltiger Konsummuster und Verhaltensstile. Endbericht des Teilprojektes 2: Haushaltsexploration der Bedingungen, Möglichkeiten und Grenzen nachhaltigen Konsumverhaltens. Frankfurt/M.
- ERDMANN, L.; SOHR, S.; BEHRENDT, S. et al. (2000): Nachhaltigkeit und Ernährung. Endbericht der vergleichenden Analyse vorliegender Studien zum Themenfeld im Rahmen der Vorstudie zum TA-Projekt „Entwicklungstendenzen bei Nahrungsmittelangebot und –nachfrage und ihre Folgen“. Vorgelegt dem Büro für Technikfolgen-Abschätzung beim Deutschen Bundestag (TAB), o.O.
- ESSER, H. (2001): Soziologie. Spezielle Grundlagen. Band 6: Sinn und Kultur. Frankfurt/M.; New York

- FAO (FOOD AND AGRICULTURE ORGANISATION) (2006): Food trade deficits threaten poorest countries.  
[[http://www.fao.org/newsroom/en/focus/2005/89746/article\\_89755en.html](http://www.fao.org/newsroom/en/focus/2005/89746/article_89755en.html)  
28.09.2006]
- FEGBANK, B. (1994): Der private Haushalt in systemtheoretisch-ökologischer Betrachtung. Frankfurt/M.
- FEICHTINGER, E. (1998): Armut und Ernährung – Eine Literaturübersicht. In: KÖHLER, B.M., FEICHTINGER, E. (Hrsg.): Annotierte Bibliographie Armut und Ernährung. Berlin:21-60
- FERBER, C. v. (1980): Ernährungsgewohnheiten. Zur Soziologie der Ernährung. In: Zeitschrift für Soziologie 9/3:221-235
- FLICK, U. (2004): Qualitative Sozialforschung. Eine Einführung. Hamburg
- FRERICHS, P.; STEINRÜCKE, M. (1997): Kochen – ein männliches Spiel? Die Küche als geschlechts- und klassenstrukturierter Raum. In: DÖLLING, I.; KRAIS, B. (Hrsg.): Ein alltägliches Spiel. Geschlechterkonstruktion in der sozialen Praxis. Frankfurt/M.:231-258
- FRIESE, S. (1998): Zum Zusammenhang von Selbst, Identität und Konsum. In: NEUNER, M.; REISCH, L. A. (Hrsg.): Konsumperspektiven. Verhaltensaspekte und Infrastruktur. Berlin:35-53
- FURST, T.; CONNORS, M.; BISOGNI, C. U.A. (1996): Food Choice: A Conceptual Model of the Process. In: Appetite 26:247-266
- GATHER, C. (1996): Konstruktionen von Geschlechterverhältnissen. Machtstrukturen und Arbeitsteilung bei Paaren im Übergang zum Ruhestand. Berlin
- GEDRICH, K. (2003): Determinants of nutritional behaviour: a multitude of levers for successful intervention? In: Appetite 41:231-238
- GERHARDS, J.; RÖSSEL, J. (2003): Das Ernährungsverhalten Jugendlicher im Kontext ihrer Lebensstile. Eine empirische Studie. Köln
- GERMOV, J.; WILLIAMS, L. (Hrsg.) (1999): A Sociology of Food and Nutrition. The Social Appetite. Oxford
- GIDDENS, A. (1997): Jenseits von Links und Rechts. Die Zukunft radikaler Demokratie. Frankfurt/M.
- GLATZER, W. (1994): Haushalten und Gesellschaft. In: RICHARZ, I. (Hrsg.): Haushalten in Geschichte und Gegenwart. Göttingen:237-247
- GOTTSCHALK, I. (2001): Ökologische Verbraucherinformation. Grundlagen, Methoden und Wirkungschancen. Berlin
- GOTTWALD, F.-T. (2001) Nachhaltige Landwirtschaft, neue Ernährungskultur? In: ALTNER, G.; METTLER-VON MEIBOM, B.; SIMONIS, U. E. et al. (Hrsg.): Jahrbuch Ökologie 2002. München:12-22
- GRUNENBERG, H.; KUCKARTZ, U. (2003): Umweltbewusstsein im Wandel: Ergebnisse der UBA-Studie ‚Umweltbewusstsein in Deutschland 2002‘. Opladen
- GRUNWALD, A.; COENEN, R.; NITSCH, J. et al. (Hrsg.) (2001): Forschungswerkstatt Nachhaltigkeit. Wege zur Diagnose und Therapie von Nachhaltigkeitsdefiziten. Berlin
- HÄUBLER, A. (2002): Wie kommt der Mensch zu seinem Ernährungsstil? Hintergründe alternativer Ernährungsformen. In: Ernährungs-Umschau 49/4:128-132

- HANNON, P.A., BOWEN, D., MOINPOUR, C.M. et al. (2003): Correlations in perceived Food Use between the Family Food Preparer and their Spouses and Children. In: *Appetite* 40:77-83
- HANSEN, U.; SCHRADER, U. (1999): Ethische Aspekte wirtschaftlichen Handelns in privaten Haushalten. In: KORFF, W.; BAUMGARTNER, A. (Hrsg.): *Handbuch der Wirtschaftsethik*. Band 3: 449-486
- HAUFF, V. (Hrsg.) (1987): *Unsere gemeinsame Zukunft. Der Brundtland-Bericht der Weltkommission für Umwelt und Entwicklung*. Greven
- HAYN, D.; EMPACHER, C. (Hrsg.) (2004): *Ernährung anders gestalten. Leitbilder für eine Ernährungswende*. München
- HEYER, A. (1999): Wie sehen Kinder ihr Ernährungsverhalten? Ausgewählte Ergebnisse einer empirischen Studie. In: METHFESSEL, B. (Hrsg.): *Essen lernen – Essen lehren*. Hohengehren:13-30
- HEYER, A. (1997): *Ernährungsversorgung in der Familie. Eine empirische Untersuchung*. Gießen
- HILDEBRANDT, E. (2000): Flexible Arbeit und nachhaltige Lebensführung. In: LANGE, H. (Hrsg.): *Ökologisches Handeln als sozialer Konflikt. Umwelt im Alltag*. Opladen:213-246
- HIRSCH-HADORN, G.; MAIER, S.; WÖLFING KAST, S. (Hrsg.) (2002): *Transdisziplinäre Forschung in Aktion. Optionen und Restriktionen nachhaltiger Ernährung*. Zürich
- HIRSCHFELDER, G. (2001): *Europäische Esskultur. Geschichte der Ernährung von der Steinzeit bis heute*. Frankfurt/M., New York
- HOFER, K. (1999): *Ernährung und Nachhaltigkeit. Entwicklungsprozesse – Probleme – Lösungsansätze*. Arbeitsbericht Nr. 135, Akademie für Technikfolgenabschätzung in Baden-Württemberg. Stuttgart
- HOFFMANN, I. (2004): Ernährungsökologie. In: LEITZMANN, C.; BECK, A.; HAMM, U. et al. (Hrsg.): *Praxishandbuch Bio-Lebensmittel*. Hamburg:1-17
- HOLM, L., KILDEVANG, H. (1996): Consumers' View on Food Quality. A Qualitative Interview Study. In: *Appetite* 27:1-14
- HONECKER, M.; DAHLHAUS, H.; HÜBNER, J. et al. (Hrsg.) (2001): *Evangelisches Soziallexikon*. Stuttgart, Berlin, Köln
- HUNECKE, M. (2002): Lebensstile und sozialpsychologische Handlungstheorien: Perspektiven einer theoretischen Integration im Bereich des umweltbezogenen Handelns. In: RINK, D. (Hrsg.): *Lebensstile und Nachhaltigkeit. Konzepte, Befunde und Potentiale*. Opladen:75-92
- JÄKEL, L. (1999): Die guten Sachen stecken immer in der Schale. Zur Zweigleisigkeit von Alltagsbewusstsein und naturwissenschaftlicher Bildung zum Thema Ernährung bei Schülerinnen und Schülern und Lehramtsstudierenden. In: METHFESSEL, B. (Hrsg.): *Essen lehren – Essen lernen. Beiträge zur Diskussion und Praxis der Ernährungsbildung*. Hohengehren:77-94
- JÜRGENS, K. (2002): Lebensführung als Dimension sozialer Ungleichheit? In: VOß, G.; WEIHRICH, M. (Hrsg.): *Tag für Tag. Alltag als Problem - Lebensführung als Lösung?* München, Mering:71-94
- JÜRGENS, K. (2001): *Familiale Lebensführung. Familienleben als alltägliche Verschränkung individueller Lebensführungen*. In: VOß, G.; WEIHRICH, M. (Hrsg.): *tagaus – tagein. Neue Beiträge zu einer Soziologie Alltäglicher Lebensführung*. München, Mering:33-60



- JUNGBLUTH, N. (1999): Case Studies, Research Groups and Results of LCA's for Food Products. Contribution for the Final Report of the LCA network Food. Ökologische Beurteilung des Bedürfnisfeldes Ernährung. Arbeitsgruppen im Arbeitsfeld Ernährung und Umwelt – Methoden der ökologischen Bilanzierung – Stand der Forschung – Folgerungen. Teilprojekt 8 „Lebensstile, Konsummuster und ökologische Folgen“ im Integrierten Projekt Gesellschaft I des Schwerpunktprogrammes Umwelt des Schweizerischen Nationalfonds zur Förderung der wissenschaftlichen Forschung. Zürich
- JURCZYK, K. (2000): Zwischen Selbstbestimmung und Bedrängnis. Zeit im Alltag von Frauen. In: KUDERA, W.; VOß, G. (Hrsg.): Lebensführung und Gesellschaft. Beiträge zu Konzept und Empirie alltäglicher Lebensführung, Opladen:219-246
- JURCZYK, K.; RERRICH, M. (Hrsg.) (1993): Die Arbeit des Alltags. Beiträge zu einer Soziologie der alltäglichen Lebensführung. Freiburg i. Br.
- KAUFMANN, J.-C. (1999): Mit Leib und Seele. Theorie der Haushaltstätigkeit. Französische Originalausgabe 1997. Konstanz
- KELLE, U. (1997): Empirisch begründete Theoriebildung. Zur Logik und Methodologie interpretativer Sozialforschung. 2.Auflage, Weinheim
- KEMMER, D.; ANDERSON, A.S.; MARSHALL, D.W. (1998): Living together and eating together: changes in food choice and eating habits during the transition from single to married/cohabiting. In: The Sociological Review 46:48-72
- KENYON, P.M.; BARKER, M.E. (1998): Attitudes Towards Meat-Eating in Vegetarian and Non-vegetarian Teenage Girls in England – an Ethnographic Approach. In: Appetite 30:185-198
- KETTSCHAU, I.; METHFESSEL, B. (1997): Werte, Normen, Ziele – ein neuer Blick auf qualitative Standards für die Haushaltsführung. In: MEIER, U. (Hrsg.): Vom Oikos zum modernen Dienstleistungshaushalt. Frankfurt/M., New York: 185-204
- KETTSCHAU, I.; METHFESSEL, B. (Hrsg.)(1991): Hausarbeit – gesellschaftlich oder privat? Entgrenzungen – Wandlungen – Alte Verhältnisse. Hohengehren
- KIRCHLER E.; RODLER, C.; HÖLZL, E. (2000): Liebe, Geld und Alltag. Entscheidungen in engen Beziehungen. Göttingen
- KLAUS, D.; STEINBACH, A. (2002): Determinanten innerfamiliärer Arbeitsteilung. Eine Betrachtung im Längsschnitt. In: Zeitschrift für Familienforschung 14/1:21-43
- KLOCKE, A.; SPELLERBERG, A.; LÜCK, D. (2002): Lebensstile im Haushalts- und Familienkontext. In: Zeitschrift für Familienforschung 14/1: 70-87
- KNEER, W. (2002): (Nachhaltige) Lebensstile und funktionale Differenzierung. In: RINK, D. (Hrsg.): Lebensstile und Nachhaltigkeit. Konzepte, Befunde und Potentiale. Opladen: 53-74
- KOERBER, K. v.; MÄNNLE, T.; LEITZMANN, C. (2004): Vollwert-Ernährung. Konzeption einer zeitgemäßen und nachhaltigen Ernährung. 10., vollständig neu bearbeitete und erweiterte Auflage. Stuttgart
- KOERBER, K. v.; KRETSCHMER, J. (2000): Zukunftsfähige Ernährung. Gesundheits-, Umwelt-, Wirtschafts- und Sozialverträglichkeit im Lebensmittelbereich. In: Zeitschrift für Ernährungsökologie (ERNO) 1/1:39-46
- KOLLMANN, K. (2001): Essentielle Mängel im Wirtschaftswissen – Die großen wirtschaftswissenschaftlichen Disziplinen ignorieren das Wirtschaftssubjekt „Haushalt“ noch immer. In: [www.sowi-onlinejournal.de](http://www.sowi-onlinejournal.de) 2/2001



- KOPFMÜLLER, J.; BRANDL, V.; JÖRISSEN, J. et al. (2001): Nachhaltige Entwicklung integrativ betrachtet. Konsitutive Elemente, Regeln, Indikatoren. Berlin
- KORTE, H.; SCHÄFERS, B. (Hrsg.) (1992): Einführung in die Hauptbegriffe der Soziologie. Opladen
- KORTENDIEK, B. (2004): Familie: Mutterschaft und Vaterschaft zwischen Traditionalisierung und Moderne. In: BECKER, KORTENDIEK, B. (Hrsg.): Handbuch der Frauen- und Geschlechterforschung. Wiesbaden:384-394
- KRAUS, J. (2002): Wer etwas auf sich hält, ist höchst nachhaltig – zum inflationären Gebrauch eines Begriffes. In: BUND/MISEREOR (Hrsg.): Wegweiser für ein zukunftsfähiges Deutschland. München:97-98
- KREMERS, S. P.; BRUG, J.; DE VRIES, H. et al. (2003): Parenting style and adolescent fruit consumption. In: Appetite 41:43-50
- KUCKARTZ, U. (1999): Computergestützte Analyse quantitativer Daten. Eine Einführung in Methoden und Arbeitstechniken. Opladen
- KÜBLER, W. (Hrsg.) (1994): Lebensmittel- und Nährstoffaufnahme in der Bundesrepublik Deutschland. Ergänzungsband zum Ernährungsbericht 1992 auf der Basis der Nationalen Verzehrsstudie im Auftrag der DGE, VERA (Verbundstudie Ernährungserhebung und Risikofaktoren-Analytik) Schriftenreihe Bd. XII, Niederkleen
- KÜSTER, C. (1996): Wieviel Zeit nimmt sich der Haushalt für die Ernährung? In: OLTERSDORF, U., PREUß, T. (Hrsg.): Haushalte an der Schwelle zum nächsten Jahrtausend. Frankfurt/M., New York:84-105
- KUTSCH, T. (1997): Haushaltssoziologie. In: KUTSCH, T.; PIORKOWSKY, M.-B.; SCHÄTZKE, M. (Hrsg.): Einführung in die Haushaltswissenschaft. Stuttgart:185-318
- KUTSCH, T. (1996): Haushalt und Ernährung. In: OLTERSDORF, U.; PREUß, T. (Hrsg.): Haushalte an der Schwelle zum nächsten Jahrtausend. Frankfurt/M., New York:254-275
- KUTSCH, T. (Hrsg.) (1993): Ernährungsforschung interdisziplinär. Darmstadt
- KUTSCH, T.; PIORKOWSKY, M.-B.; SCHÄTZKE, M. (1997): Einführung in die Haushaltswissenschaft. Stuttgart
- KURZ, R. (2002): Ethisches Konzept statt Modewort. Nachhaltigkeit: Leitbild einer zukunftsfähigen Entwicklung. In: BUND/MISEREOR (Hrsg.): Wegweiser für ein zukunftsfähiges Deutschland. München:90-96
- LANGE, I.-M. (1993): Ernährungsverhalten erwerbstätiger Frauen. Eine empirische Studie bei vollzeitbeschäftigten Frauen eines westdeutschen Großunternehmers. Aachen
- LECHER, T. (1997): Die Umweltkrise im Alltagsdenken. Weinheim
- LEITZMANN, C. (2001a): Ernährungskonzepte und Lebensqualität: Die naturwissenschaftliche Sicht. In: NEUMANN, G.; WIERLACHER, A.; WILD, R. (Hrsg.): Essen und Lebensqualität. Natur- und kulturwissenschaftliche Perspektiven. Frankfurt/M.; New York:37-48
- LEITZMANN, C. (2001b): Mann isst anders. In: UGB-Forum 18 (6):293-295
- LEITZMANN, C.; KELLER, M.; HAHN, A. (1999): Alternative Ernährungsformen. Stuttgart
- LEONHÄUSER, I. U. (1995): Ernährungswissenschaft. In: DIEDRICHSEN, I. (Hrsg.): Humanernährung. Ein interdisziplinäres Lehrbuch. Darmstadt:4-36

- LEVY, R.; ERNST, M. (2002): Lebenslauf und Regulation in Paarbeziehungen: Bestimmungsgründe der Ungleichheit familialer Arbeitsteilung. In: Zeitschrift für Familienforschung 14/2:103-152
- LITTIG, B. (1995): Die Bedeutung von Umweltbewußtsein im Alltag. Oder: Was tun wir eigentlich, wenn wir umweltbewußt sind? Frankfurt/M., Berlin, Bern u.a.
- LÜDTKE, H. (1989): Expressive Ungleichheit. Zur Soziologie der Lebensstile. Opladen
- LUTZENBERGER, J.; GOTTWALD, F.-T. (1999): Ernährung in der Wissensgesellschaft. Vision: Informiert essen. Frankfurt/M.
- MAGNUSSON, M. K.; ARVOLA, A.; KOIVISTO HURSTI, U.-K. et al. (2003): Choice of organic foods is related to perceived consequences for human health and to environmentally friendly behaviour. In: Appetite 40:109-117
- MAYRING, P. (1999): Einführung in die qualitative Sozialforschung. 4.Auflage. Weinheim
- MEIER-GRÄWE, U. (2005): Ernährungsprävention in Kindergarten und Schule – eine gesellschaftliche Aufgabe ersten Ranges. In: LANDESSPORTBUND HESSEN (Hrsg.): Sport- und Bewegungskindergärten: Grundlagen – Konzepte – Beispiele:29-38
- MEIER, U.; KÜSTER, C.; ZANDER, U. (2004): Auswertung von Zeitbudgets, Ernährungsstilen und Mahlzeitenmustern. Gießen
- MEIER, U. (2004): Zeitbudget, Mahlzeitenmuster und Ernährungsstile. In: DGE (Hrsg.): Ernährungsbericht 2004. Bonn:72-93
- MEIER, U. (2003a): Haushalte und die Bildung von Humanvermögen – Nachdenken über Zustand und Perspektiven einer verkannten Ressource. In: METHFESSEL, B.; SCHLEGEL-MATTHIES, K. (Hrsg.): Fokus Haushalt. Beiträge zur Sozioökonomie des Haushalts. Hohengehren:35-50
- MEIER, U. (2003b): Neue Strukturen braucht das Land. In: UNIVERSITAS. Orientierung in der Wissenswelt, 58/681:270-276
- MEIER, U.; PREUSSE, H.; SUNNUS, E. (2003): Steckbriefe von Armut. Haushalte in prekären Lebenslagen. Wiesbaden
- MEIER, U. (2001): Haushalte, Private. In: HONECKER, M.; DAHLHAUS, H.; HÜBNER, J. U.A. (Hrsg.): Evangelisches Soziallexikon. Stuttgart, Berlin, Köln: Sp. 694-697
- MEIER, U. (2000): Die Pluralisierung der Lebensformen und ihre kulturelle Ausdifferenzierung. In: KETTSCHAU, I.; METHFESSEL, B.; PIORKOWSKY, M.-B. (Hrsg.): Familie 2000. Bildung für Familien und Haushalte zwischen Alltagskompetenz und Professionalität. Europäische Perspektiven. Dokumentation der 3. Europäischen Fachtagung 26.-28.9.1999 in Bonn. Hohengehren:56-69
- MEIER, U.; SCHWEITZER, R. v. (1999): Private Haushalte als Wohlfahrtsproduzenten. In: KORFF, W.; BAUMGARTNER, A. (Hrsg.): Handbuch der Wirtschaftsethik. Band 3: 486-508
- MEIER, U. (1997): Welche Chancen haben nachhaltige Lebens- und Ernährungsstile in der bundesrepublikanischen Erlebnisgesellschaft? Ein haushaltswissenschaftlicher Erklärungsansatz. In: MEIER, U. (Hrsg.): Vom Oikos zum modernen Dienstleistungshaushalt. Der Strukturwandel privater Haushaltsführung. Frankfurt/M, New York: 258-276
- MELLINGER, N. (2004): Vom Fleisch als Ernährungsleitbild par excellence. In: HAYN, D.; EMPACHER, C. (Hrsg.): Ernährung anders gestalten. Leitbilder für eine Ernährungswende. München
- MENNELL, S.; MURCOTT, A.; OTTERLOO, A. v. (1992): The sociology of food: eating, diet and culture. London

- MERTENS, G. (1999): Ethische Aspekte wirtschaftlichen Handelns in privaten Haushalten. In: KORFF, W.; BAUMGARTNER, A. (Hrsg.): Handbuch der Wirtschaftsethik. Band 3: 449-463
- METHFESSEL, B. (2004): Ernährungsleitbilder und Geschlecht. In: HAYN, D.; EMPACHER, C. (Hrsg.): Ernährung anders gestalten. Leitbilder für eine Ernährungswende. München:31-39
- METHFESSEL, B.; SCHLEGEL-MATTHIES, K. (Hrsg.) (2003): Fokus Haushalt. Beiträge zur Sozioökonomie des Haushalts. Hohengehren
- METHFESSEL, B. (1999): Körperbeziehungen und Ernährungsverhalten bei Mädchen und Jungen – Lehr- und Lernvoraussetzungen in der Ernährungserziehung. In: DIES. (Hrsg.): Essen lernen – Essen lehren. Hohengehren:31-76
- METHFESSEL, B. (Hrsg.)(1999): Essen lernen – Essen lehren. Hohengehren
- MEYER, R.; SAUTER, A. (2002): Entwicklungstendenzen von Nahrungsmittelangebot und – nachfrage und ihre Folgen. Basisanalysen. Arbeitsbericht Nr.81, Büro für Technikfolgenabschätzung beim Deutschen Bundestag (TAB). Berlin
- MEYER, S. (2002): Mahlzeitenmuster in Deutschland. München
- MEYER, S.; WEGGEMANN, S. (2001): Mahlzeitenmusteranalyse anhand der Daten der Zeitbudgeterhebung 1991/1992. In: EHLING, M.; MERZ, J. et al. (Hrsg.): Zeitbudget in Deutschland. Erfahrungsberichte der Wissenschaft. Schriftenreihe Spektrum Bundesstatistik Bd. Nr. 17. Stuttgart:188-201
- MEYERS LEXIKONREDAKTION (Hrsg.)(1992): Meyers großes Taschenlexikon in 24 Bänden. Mannheim; Leipzig et al.
- MURCOTT, A. (2003): Food and Culture. In: BELTON, P. S.; BELTON, T. (Hrsg.): Food, Science and Society. Exploring the Gap Between Expert Advice and Individual Behaviour. Berlin et al.:21-53
- MURCOTT, A. (1998): The Nations Diet. The Social Science of Food Choice. London, New York
- MURCOTT, A. (1997): Family Meals – a thing of the past? In: CAPLAN, P. (Hrsg.): Food, Health, Identity. London; New York: 33-49
- NEULOH, O.; TEUTEBERG, H.-J. (1979): Ernährungsfehlverhalten im Wohlstand. Ergebnisse einer empirisch-soziologischen Untersuchung in heutigen Familienhaushalten. Paderborn
- NEUBAUER, W. (1993): Idealtypus und Adäquation des privaten Haushalts in der amtlichen Statistik: Wohngemeinschaft? Budgetgemeinschaft? Leistungsgemeinschaft? Produktionsgemeinschaft? In: GRÄBE, S. (HRSG.): Der private Haushalt im wissenschaftlichen Diskurs. Frankfurt/M.; New York:193-227
- NOTZ, G. (2004): Arbeit: Hausarbeit, Ehrenamt, Erwerbsarbeit. In: BECKER, KORTENDIECK (Hrsg.): Handbuch der Frauen- und Geschlechterforschung. Wiesbaden:420-437
- OLTERSDORF, U. (1995): Ernährungsepidemiologie. Mensch, Ernährung, Umwelt. Stuttgart
- PIORKOWSKY, M.-B. (2000): Konsum aus Sicht der Haushaltsökonomik. In: ROSENKRANZ, D.; SCHNEIDER, N.F. (Hrsg.): Konsum. Soziologische, ökonomische und psychologische Perspektiven. Opladen: 187-206
- POFERL, A. (2004): Die Kosmopolitik des Alltags. Zur ökologischen Frage als Handlungsproblem. Berlin

- POFERL, A. (2000): ‚Umweltbewußtsein‘ und soziale Praxis. Gesellschaftliche und alltagsweltliche Voraussetzungen, Widersprüche und Konflikte. In: LANGE, H. (Hrsg.): Ökologisches Handeln als sozialer Konflikt. Umwelt im Alltag. Opladen:35-56
- POFERL, A., SCHILLING, K.; BRAND, K.-W. (1997): Umweltbewußtsein und Alltagshandeln. Eine empirischer Untersuchung sozio-kultureller Orientierungen. Opladen
- PRAHL, H.-W.; SETZWEIN, M. (1999): Soziologie der Ernährung. Opladen
- PREISENDÖRFER, P. (2001): Der Umweltengel ist weiblich. In: Politische Ökologie 19:34-36
- PREISENDÖRFER, P. (1999): Umwelteinstellungen und Umweltverhalten in Deutschland. Empirische Befunde und Analysen auf der Grundlage der Bevölkerungsumfrage „Umweltbewußtsein in Deutschland 1991-1998“. Opladen
- PUDEL, V.; WESTENHÖFER, J. (1998): Ernährungspsychologie. Eine Einführung. Göttingen
- REUSSWIG, F. (1994): Lebensstile und Ökologie. Gesellschaftliche Pluralisierung und alltagsökologische Entwicklung unter besondere Berücksichtigung des Energiebereichs. Sozialökologische Arbeitspapiere Nr. 43, Institut für sozial-ökologische Forschung. Frankfurt/M.
- REICHENAU, C. v. (1979): Von der Konsumtheorie zur Haushaltsökonomik. Gesammelte Abhandlungen. Berlin
- REISCH, L. (2003): Kultivierung der Nachhaltigkeit. In: SCHERHORN, G. (Hrsg.): Nachhaltiger Konsum. Auf dem Weg zur gesellschaftlichen Verankerung. München: 193-208
- RICHARZ, I. (2001): Der Haushalt in Wissenschaft und Bildung. Herausforderungen in einer sich wandelnden Welt. Unter Mitarbeit von Kirsten Schlegel-Matthies. Hohengehren
- RICHARZ, I. (1991): Oikos, Haus und Haushalt. Ursprung und Geschichte der Haushaltsökonomik. Göttingen
- RICHARZ, I. (1982): Bildung für den Haushalt in einer sich wandelnden Welt. Beiträge zur Haushaltswissenschaft und Fachdidaktik. Baltmannsweiler
- RINK, D. (2002): Lebensweise, Lebensstile und Lebensführung. Soziologische Konzepte zur Untersuchung von nachhaltigem Leben. In: DERS. (Hrsg.): Lebensstile und Nachhaltigkeit. Konzepte, Befunde und Potentiale. Opladen:27-52
- RINK, D. (Hrsg.)(2002): Lebensstile und Nachhaltigkeit. Konzepte, Befunde und Potentiale. Opladen
- RÖSCH, C.; HEINCKE, M. (2001): Ernährung und Landwirtschaft. In: GRUNWALD, A.; COENEN, R.; NITSCH, J. et al. (Hrsg.): Forschungswerkstatt Nachhaltigkeit. Wege zur Diagnose und Therapie von Nachhaltigkeitsdefiziten. Berlin:241-266
- ROHMANN, E.; SCHMOHR, M.; BIERHOFF, H.-W. (2002): Aufteilung der Hausarbeit, verletzte Erwartungen und Beziehungsqualität. In: Zeitschrift für Familienforschung, 14/2:133-152
- ROSENKRANZ, D. ; SCHNEIDER, N. F. (Hrsg.) (2000): Konsum. Soziologische, ökonomische und psychologische Perspektiven. Opladen
- SCHACK, P. (2004): Nachhaltige Ernährungsstile im Alltag. Eine qualitative Studie zur Praktikierbarkeit der Vollwert-Ernährung in Familien. Hohengehren

- SCHÄFER, M. (2003): Die täglichen Mühen der Ebene – von Ansprüchen und Widersprüchen nachhaltigen Konsumverhaltens. In: SCHERHORN, G., WEBER, C. (Hrsg.)(2003): Nachhaltiger Konsum. Auf dem Weg zur gesellschaftlichen Verankerung. München:63-72
- SCHERHORN, G., WEBER, C. (Hrsg.)(2003): Nachhaltiger Konsum. Auf dem Weg zur gesellschaftlichen Verankerung. München
- SCHERHORN, G. (2001a): Konsum, Konsumgesellschaft. In: HONECKER, M.; DAHLHAUS, H.; HÜBNER, J. U.A. (Hrsg.): Evangelisches Soziallexikon. Stuttgart, Berlin, Köln: Sp. 891-898
- SCHERHORN, G. (2001b): Verbraucher, Verbraucherpolitik. In: HONECKER, M.; DAHLHAUS, H.; HÜBNER, J. U.A. (Hrsg.): Evangelisches Soziallexikon. Stuttgart, Berlin, Köln: Sp. 1668-1671
- SCHERHORN, G.; REISCH, L.; SCHRÖDL, S.: (1997): Wege zu nachhaltigen Konsummustern. Überblick über den Stand der Forschung und vorrangige Forschungsthemen. Marburg
- SCHERHORN, G. (1977): Konsum. In: KÖNIG, R. (Hrsg.): Handbuch der empirischen Sozialforschung. Band 11: Freizeit – Konsum. Stuttgart:193-249
- SCHIMANK, U. (2000): Handeln und Strukturen. Einführung in die akteurtheoretische Soziologie. München
- SCHLEGEL-MATTHIES, K. (2003): Bildung für Lebensführung – eine neue Aufgabe für die Schule!? In: METHFESSEL, B.; SCHLEGEL-MATTHIES, K. (Hrsg.): Fokus Haushalt. Beiträge zur Sozioökonomie des Haushalts. Hohengehren:72-84
- SCHLEGEL-MATTHIES, K. (1998): Alltägliche Aufgaben und Probleme im Haushalt – Identifikation und Entwicklung von Qualifikationen als wichtiger Bildungsauftrag für Herausforderungen der Zukunft. In: RICHARZ, I. (Hrsg.): Der Haushalt. Neubewertung in der Postmoderne. Göttingen
- SCHNEIDER, J. (2003): Das kommt gar nicht in die Tüte! Nachhaltigkeitsmuster beim Kauf von Gütern des alltäglichen Bedarfs. In: SCHERHORN, G., WEBER, C. (Hrsg.): Nachhaltiger Konsum. Auf dem Weg zur gesellschaftlichen Verankerung. München:131-146
- SCHNEIDER, N.F. (2000): Konsum und Gesellschaft. In: ROSENKRANZ, D.; SCHNEIDER, N.F. (Hrsg.): Konsum. Soziologische, ökonomische und psychologische Perspektiven. Opladen: 9-22
- SCHÜLEIN, J. A. (2001): Alltagsbewusstsein und soziologische Theoriebildung. In: HUG, T. (Hrsg.): Einführung in die Methodologie der Sozial- und Kulturwissenschaft. Wie kommt die Wissenschaft zu Wissen? Band 3. Hohengehren:11-30
- SCHULLER, A.; KLEBER, J. A. (Hrsg.) (1994): Verschlemmte Welt. Essen und Trinken historisch-anthropologisch. Göttingen
- SCHULTZ, I. (1995): Umweltforschung, Frauenpolitik und die Gestaltungsmacht der Frauen. In: SCHULTZ, I.; WELLER, I. (Hrsg.): Gender & Environment. Ökologie und die Gestaltungsmacht der Frauen. Frankfurt/M.:189-204
- SCHWEITZER, R. V. (1993): Haushaltswissenschaftliche Paradigmen zwischen Ökonomie und Soziologie. In: GRÄBE (Hrsg.): Der private Haushalt im wissenschaftlichen Diskurs. Frankfurt/M.; New York:19-36
- SCHWEITZER, R. v. (1991): Einführung in die Wirtschaftslehre des privaten Haushalts. Stuttgart

- SELLACH, B. (1996): Wie kommt das Essen auf den Tisch? Die Frankfurter Beköstigungsstudie. Hohengehren
- SETZWEIN, M. (2004a): Ernährung – Körper – Geschlecht. Zur sozialen Konstruktion von Geschlecht im kulinarischen Kontext. Wiesbaden
- SETZWEIN, M. (2004b): Ernährung als Thema der Geschlechterforschung. In: RÜCKERT-JOHN, J. (Hrsg.): Gender und Ernährung. Hohenheimer Beiträge zu Gender und Ernährung Heft Nr. 1/2004. Hohenheim:50-72
- SETZWEIN, M. (2000): Ernährung und Geschlecht. Umriss einer theoretischen Herausforderung. In: IAKE-Mitteilungen 5:14-23
- SINUS-SOCIOVISION (2006): Die Sinus-Milieus in Deutschland 2006. [[www.sinus-sociovision.de](http://www.sinus-sociovision.de) 05.07.2006]
- SPELLERBERG, A. (1996): Soziale Differenzierung durch Lebensstile. Eine empirische Untersuchung zur Lebensqualität in West- und Ostdeutschland. Berlin
- STATISTISCHES BUNDESAMT (2006a): Leben in Deutschland. Haushalte, Familien und Gesundheit – Ergebnisse des Mikrozensus 2005. Wiesbaden
- STATISTISCHES BUNDESAMT (2006b): Erzeugung und Verbrauch von Nahrungsmitteln. Wiesbaden
- STIESS, I.; HAYN, D. (2005): Ernährungsstile im Alltag. Ergebnisse einer repräsentativen Untersuchung. Diskussionspapier Nr.5, Institut für sozial-ökologische Forschung (ISOE). Frankfurt/M.
- STRATTON, P.; BROMLEY, K. (1999): Families' Accounts of the Causal Processes in Food Choice. In: Appetite 33:89-108
- STRAUSS, A.; CORBIN, J.: (1996): Grounded Theory: Grundlagen Qualitativer Sozialforschung. Weinheim
- TAPPESEER, B.; BAIER, A.; EBINGER, F. et al. (1999): Globalisierung in der Speisekammer – Band 1: Auf der Suche nach einer nachhaltigen Ernährung. Öko-Institut, Freiburg
- TAPPESEER, B.; DETTE, B.; JÜLICH, R. (1999): Globalisierung in der Speisekammer - Band 2: Landwirtschaft und Ernährung im internationalen Kontext. Öko-Institut, Freiburg
- THIELE-WITTIG, M. (2002): Kompetent im Alltag. Bildung für Haushalt und Familie. In: DEUTSCHE GESELLSCHAFT FÜR HAUSWIRTSCHAFT E.V (Hrsg.): Kompetent im Alltag. Bildung für Haushalt und Familie. Herausforderungen für eine „Moderne Hauswirtschaft“. Dokumentation der Bildungskonferenz am 18. Juni 2002 in Münster/Westfalen:1-10
- THIELE-WITTIG, M. (1996): Probleme der haushaltsbezogenen Bildung im internationalen Kontext. In: BRAUER-SCHRÖDER, M.; SELLIN, H. (Hrsg.): Technik, Ökonomie und Haushalt im Unterricht. Arbeitsorientierte Allgemeinbildung in Europa. Erste Bestandsaufnahme und Perspektiven. Baltmannsweiler:91-104
- THIELE-WITTIG, M. (1993): Schnittstellen der privaten Haushalte zu Institutionen. Zunehmende Außenbeziehungen der Haushalte im Wandel der Daseinsbewältigung. In: GRÄBE, S. (Hrsg.): Der private Haushalt im wissenschaftlichen Diskurs. Frankfurt/M.; New York:371-388
- UMWELTBUNDESAMT (1997): Nachhaltiges Deutschland. Wege zu einer dauerhaft umweltgerechten Entwicklung. Berlin
- URBAN, D. (1986): Was ist Umweltbewusstsein? Exploration eines mehrdimensionalen Einstellungskonstrukts. In: Zeitschrift für Soziologie (15):363-377

- VOß, G.; WEIHRICH, M. (Hrsg.) (2002): Tag für Tag. Alltag als Problem - Lebensführung als Lösung? München; Mering
- VOß, G.; WEIHRICH, M. (Hrsg.) (2001): tagaus – tagein. Neue Beiträge zu einer Soziologie Alltäglicher Lebensführung. München; Mering
- WAHL, A. (2003): Die Veränderung von Lebensstilen. Generationenfolge, Lebenslauf und sozialer Wandel. Frankfurt/M.; New York
- WAHRIG, G.; WAHRIG-BURFEIND, R. (Hrsg.) (1999): Wörterbuch der deutschen Sprache. München
- WELLER, I.; HAYN, D.; SCHULTZ, I. (2002): Geschlechterverhältnisse, nachhaltige Konsummuster und Umweltbelastungen. In: BUNDESMINISTERIUM FÜR BILDUNG UND FORSCHUNG (Hrsg.): Sozial-ökologische Forschung. Ergebnisse der Sondierungsprojekte aus dem BMBF-Förderschwerpunkt. München:431-452
- WHO (WORLD HEALTH ORGANISATION) – REGIONAL OFFICE FOR SOUTH-EAST ASIA (2006): Child Health and Development: Child Survival in the South-East Asia Region: [<http://www.searo.who.int/EN/Section13/Section37/Section135.htm> 28.09.2006]
- WIERLACHER, A.; NEUMANN, G.; TEUTEBERG, H. J. (Hrsg.) (1993): Kulturthema Essen. Ansichten und Problemfelder. Berlin
- ZITTLAU, J. (2002): Frauen essen anders, Männer auch. Fakten und Hintergründe zum Speiseplan der Geschlechter. Frankfurt/M.
- ZÜRCHER, U. (1993): Die Waldwirtschaft wird nachhaltig sein oder sie wird nicht sein! In: Schweizerische Zeitung für Forstwesen, 144/4:253-262
- ZÖLLER, K.; STROTH, U. (1999): Nachhaltige Entwicklung im Handlungsfeld Ernährung. Ein Diskursprojekt. Arbeitsbericht Nr. 134, Akademie für Technikfolgenabschätzung in Baden Württemberg. Stuttgart.

# **Anhang**

<b>Kategoriensystem für die Fallanalyse mit MAXQDA</b>	<b>II</b>
<b>Aushang/ Aufruf</b>	<b>III</b>
<b>Fragebogen zur Ermittlung soziodemografischer Daten</b>	<b>IV</b>



## Codesystem für die Fallanalyse mit MAXQDA

### Gender

- Umgang mit Ernährung
- Rollenverständnis

### Ernährung

- Ernährungskultur
- Bedeutung/Priorität
- Zufriedenheit
- Lebensmittelauswahl/einkauf
- Mahlzeiten
  - Gestaltung
    - Wer mit wem
    - Was wird gegessen
- Ernährungsweise/-philosophie
  - Biografie
    - Erfahrungen
    - Wendepunkte
      - Gemeinsamer Haushalt
      - Geburt/Kinder
    - Herkunftsfamilie
  - Bedürfnisse
  - Geschmack
  - Gewohnheiten
  - Konsequenz
  - Strategien
  - Hemmnisse
- Partner: Unterschiede/Konflikte
- Soziales Umfeld
- Außer Haus
- Nachhaltigkeit
  - Ökologisch
  - Gesundheitlich
  - Sozial/ethisch
  - Ökonomisch
  - Sinnliche Aspekte
- Überzeugung/Wissen
- Informationsquellen
- Verantwortung
  - Für eigene Ernährung
  - Für Kinder

### Ernährungsversorgung/ -arbeit

- Zubereitung
  - Für Kinder
  - Organisation
- Einkaufen
- Arbeitsteilung
  - Partner
    - Vereinbarungen
    - Konflikte
  - Kinder
  - Wünsche
  - Sonstige Haushaltsarbeit
- Anerkennung
- Vorratshaltung/Garten

### Wertorientierungen

- Nachhaltigkeit
- Gemeinsame Mahlzeiten

### Kinder

- Thema Umwelt
- Ernährungserziehung
  - Strategien/Methoden
  - Konflikte
  - Kompromisse/Abstriche
  - Regeln
  - Rituale
  - Ziele
- Ernährungsweisen,  
Wünsche/Vorlieben
  - Geschmack
  - Einfluss Peergroup

### Rahmenbedingungen

- Alltagsorganisation/institutionelle Angebote
- Arbeitszeiten
- Ressourcen
  - Geld
  - Zeit

### Sonstige Lebensgestaltung

- Nachhaltigkeit sonst

## Naturkost-Familien gesucht!

*Es ist nicht so einfach, seine Idealvorstellungen von einer gesunden, ökologischen oder sozialen Ernährungsweise im turbulenten Alltag umzusetzen. Mal fehlt die Zeit, beim Naturkostladen vorbeizufahren, mal ist die Preisschwelle doch zu hoch. Dazu kommt der große Informationsaufwand, um herauszufinden, was wirklich das Beste ist. Nicht selten gilt es auch, Widerstände innerhalb der eigenen Familie zu überwinden...*

*In meiner Doktorarbeit zu nachhaltigen Ernährungsstilen gehe ich der Frage nach, wie Familien ihre Wunschernährung in die Alltagspraxis umsetzen. Was ist schwierig, was klappt gut?*

*Dafür suche ich Familien (es soll mindestens ein Kind oder Jugendliche/r im Haushalt leben), die bereit sind, sich mit mir über ihren Ernährungsstil und den Erfahrungen damit zu unterhalten.*

*Ich freue mich auf einen Anruf oder eine Mail!*

Angela Häußler

Dipl. oec. troph. Angela Häußler ★ Institut für Wirtschaftslehre des Haushalts ★ Bismarckstr. 37 ★ 35390 Gießen  
Tel. 0641/9481031 (AB) ★ E-Mail: [angela.haeussler@ernaehrung.uni-giessen.de](mailto:angela.haeussler@ernaehrung.uni-giessen.de)

## Soziodemografische Daten

### Alter

Frau \_\_\_\_\_ Mann \_\_\_\_\_

Kinder \_\_\_\_\_ (bitte auch Geschlecht der Kinder angeben)

### Ausbildung/Beruf

Frau \_\_\_\_\_

Mann \_\_\_\_\_

### Momentane Tätigkeit

Frau \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Wochenstunden

Mann \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Wochenstunden

### Arbeitsort

Frau \_\_\_\_\_ Mann \_\_\_\_\_

### Wegezeiten zum Arbeitsplatz pro Tag

Frau \_\_\_\_\_ Stunden Mann \_\_\_\_\_ Stunden

### Monatsnettoeinkommen des Haushalts

Bis 1000 €  
1000 bis 1500 €  
1500 bis 2000 €  
2000 bis 2500 €  
2500 bis 3000 €  
3000 bis 4000 €  
über 4000 €

### Wohnen

Größe der Wohnung

\_\_\_\_\_ m<sup>2</sup>

Monatliche Belastung (mit Neben- und Energiekosten)

\_\_\_\_\_ €

### Garten

nein  
ja



édition scientifique  
**VVB LAUFERSWEILER VERLAG**

VVB LAUFERSWEILER VERLAG  
STAUFENBERGRING 15  
D - 3 5 3 9 6 G I E S S E N

Tel: 0641-5599888 Fax: -5599890  
redaktion@doktorverlag.de  
www.doktorverlag.de

ISBN 3-8359-5204-8



9 783835 195204 1